

Calendrier de toutes les activités du RAFO - lundi le 21 octobre 2024 au dimanche le 24 novembre 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi/Dimanche
21 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Vieillir actif et en santé 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Danse en ligne - Intermédiaire 12h30 - Billard 14h00 - Pickleball intérieur - débutant 18h00 - Théâtre - Répétition 19h00 - Taekwon Do - Communautaire	22 09h00 - Pétanque-atout 09h30 - Shuffle board 09h30 - Bridge 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h00 - Bingo RAFO 13h15 - Danse en ligne (pratique) 15h30 - Badminton	23 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Club de marche en plein air 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 13h00 - Jeu de poches 13h00 - Pickleball intérieur - débutant 19h00 - Danses carrées	24 09h00 - Peinture libre 09h30 - Shuffle board 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h30 - Pétanque 18h00 - Théâtre - Répétition	25 09h00 - Pickleball intérieur 09h00 - Yoga pour tous ! - Cours 09h30 - Billard - tournoi 10h30 - Pickleball intérieur 12h00 - Dîner - Tournoi de billard	S-26 D-27
28 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Vieillir actif et en santé 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Danse en ligne - Intermédiaire 12h30 - Billard 14h00 - Pickleball intérieur - débutant 18h00 - Théâtre - Répétition 19h00 - Taekwon Do - Communautaire	29 09h00 - Pétanque-atout 09h30 - Shuffle board 09h30 - Bridge 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h00 - Bingo RAFO 13h15 - Danse en ligne (pratique) 15h30 - Badminton 19h00 - Pickleball intérieur	30 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Club de marche en plein air 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner 12h30 - Billard 13h00 - Jeu de poches 13h00 - Pickleball intérieur - débutant 19h00 - Danses carrées	31 09h00 - Peinture libre 09h30 - Shuffle board 09h30 - Carpet Bowling 10h00 - Café J'en RAFO!e 10h00 - Club de lecture théâtrale 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner Oktoberfest 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h30 - Pétanque 18h00 - Théâtre - Répétition	1 novembre 09h00 - Pickleball intérieur 09h00 - Yoga pour tous ! - Cours 09h30 - Billard 10h30 - Pickleball intérieur 19h30 - Théâtre spectacle	S-2 19h30 - Théâtre spectacle D-3 14h00 - Théâtre spectacle
4 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Vieillir actif et en santé 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Danse en ligne - Intermédiaire 12h30 - Billard 14h00 - Pickleball intérieur - débutant 18h00 - Théâtre - Répétition 19h00 - Taekwon Do - Communautaire	5 09h00 - Pétanque-atout 09h30 - Shuffle board 09h30 - Bridge 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h00 - Bingo RAFO 13h00 - Partage de rêves 13h15 - Danse en ligne (pratique) 15h30 - Badminton	6 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Club de marche en plein air 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 13h00 - Jeu de poches 14h00 - Théâtre spectacle 19h00 - Danses carrées	7 09h00 - Peinture libre 09h30 - Shuffle board 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h30 - Pétanque	8 09h00 - Pickleball intérieur 09h00 - Yoga pour tous ! - Cours 09h30 - Billard 10h30 - Pickleball intérieur 19h30 - Théâtre spectacle	S-9 17h00 - Souper-théâtre D-10 14h00 - Théâtre spectacle
11 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Vieillir actif et en santé 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 14h00 - Pickleball intérieur - débutant 19h00 - Taekwon Do - Communautaire	12 09h00 - Pétanque-atout 09h30 - Shuffle board 09h30 - Bridge 09h30 - Carpet Bowling 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h00 - Bingo RAFO 13h00 - Danse en ligne (pratique) 15h00 - Badminton 19h00 - Pickleball intérieur	13 09h00 - Pickleball intérieur 09h30 - Courtepointe 10h00 - Club de marche en plein air 10h30 - Pickleball intérieur 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h30 - Billard 13h00 - Jeu de poches 13h00 - Pickleball intérieur - débutant 19h00 - Danses carrées	14 09h00 - Peinture libre 09h30 - Shuffle board 09h30 - Carpet Bowling 10h00 - Club de lecture théâtrale 11h05 - Viens bouger ! Exercices en virtuel 12h00 - Dîner - Anniversaire du mois 12h30 - Billard 13h00 - Fléchettes 13h30 - Pétanque	15 09h00 - Pickleball intérieur 09h00 - Yoga pour tous ! - Cours 09h30 - Billard 10h30 - Pickleball intérieur	S-16 D-17 09h00 - Déjeuner mensuel 13h00 - Whist militaire

