



Patronage Laïque Le Guill-Stade Quilbignonnais

15, rue Jean-François Tartu - 29200 Brest - 02.98.05.54.37
Courriel : accueil@patrolegouill.fr - Centre des loisirs : alsh@patrolegouill.fr
Site du PLLG-SQ : <http://www.patrolegouill.fr>

FICHE ACTIVITES ADULTE

2025/2026

Mme Mr NOM :

Prénom :

Sexe

Date de naissance : .. / .. / à..... (Département : ..)

Sports

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tai Chi FSGT
Vendredi 17h00/18h30 | <input type="checkbox"/> Tennis de table Compét. FSGT
Mardi/Jeudi 20h00/22h30 | <input type="checkbox"/> Gym Tonique FSGT
Mardi 19h15/20h15 |
| <input type="checkbox"/> Pétanque loisirs FSGT
Lundi/Jeudi 14h00/17h00 | <input type="checkbox"/> Tennis de table Loisirs FSGT
Mardi 14h00/16h30 | <input type="checkbox"/> Gym Douce FSGT
Jeudi 9h45/10h45 |
| <input type="checkbox"/> Randonnées FSGT
Lundi/Jeudi 14h00/17h00 | <input type="checkbox"/> Yoga Hatha FSGT
<input type="checkbox"/> Mardi 18h00/19h00 | <input type="checkbox"/> Gym d'Entretien FSGT
<input type="checkbox"/> Mardi 9h45/10h45 |
| <input type="checkbox"/> Galoche Brestoïse FSGT
Mercredi 14h00/16h00 | <input type="checkbox"/> Mercredi 13h30/14h30 | <input type="checkbox"/> Vendredi 9h45/10h45 |
| <input type="checkbox"/> Sport Santé UFOLEP*
<input type="checkbox"/> Jeudi 9h00/10h00 | <input type="checkbox"/> Cross Training FSGT
Jeudi 18h30/19h30 | <input type="checkbox"/> Boxe Anglaise (+ 14 ans)
<input type="checkbox"/> Mardi 18h30/20h00 <input type="checkbox"/> BA-FFB |
| <input type="checkbox"/> Jeudi 10h15/11h15 | <input type="checkbox"/> Pilates FSGT
Mercredi 12h15/13h15 | <input type="checkbox"/> Vendredi 18h30/20h00 <input type="checkbox"/> BEAL-FSGT |
| <input type="checkbox"/> Jeudi 11h30/12h30 | | <input type="checkbox"/> Boxe Française FSGT (+ 14 ans)
<input type="checkbox"/> Samedi 10h30/12h00 |
- *1 seul possible

Socioculturel

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Danse Loisirs
Vendredi 14h00/16h00 | <input type="checkbox"/> Club de lecture
Lundi 17h30/19h30 | <input type="checkbox"/> Cuisine en partage
Samedi (un par mois) |
| <input type="checkbox"/> Chants
Mercredi 20h00/22h00 | <input type="checkbox"/> Trucs et astuces
Mercredi 17h00/19h00 | <input type="checkbox"/> Informatique
<input type="checkbox"/> Maitriser son environnement (Ma 14h00/17h00) |
| <input type="checkbox"/> Tarot/Belote
Mercredi 17h00/19h00 | <input type="checkbox"/> Couture
Jeudi 9h30/11h30 | <input type="checkbox"/> Faux-débutant (Ma 10h00/11h30) |
| <input type="checkbox"/> Atelier Equilibre
Vendredi 9h30/10h30 | <input type="checkbox"/> Jeux de Société
Mardi/Vendredi 14h00/17h00 | <input type="checkbox"/> Initiation Percussions
Jeudi 19h00/20h00 |

Ponctuel

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Brico'Patro
(vendredi matin) | <input type="checkbox"/> Sorties Patrimoine
(dernier mercredi du mois) | <input type="checkbox"/> Sympathisant | <input type="checkbox"/> Atelier Réparation
Petit électroménager sur RDV |
|---|--|--|--|

TSVP



