



lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
1  Zumba 14h - 15h	2  Accueil libre 14h - 16h	3  Mini-golf 13h45 - 16h30	4  5 <b>Fête-Dieu</b>		6	7
8  Zumba 14h - 15h	9  Body balance 8h-9h <hr/>  Accueil libre 14h-16h	10  Jumping Fitness 14h30-16h30	11	12  Sport 14h - 15h	13	14  Aérobique 10h - 11h
15  Salsa 14h - 16h	16  Accueil libre 14h - 16h	17  Plantes médicinales 13h - 18h	18	19  Sport 14h - 15h	20	21  Aérobique 10h - 11h
22 <b>Fermeture exceptionnelle</b>	23 <b>Indépendance du Canton du Jura</b>	24  Fête de départ de Nicole 15h30-17h	25	26  Piscine 14h - 16h	27	28
29	30  Body balance 8h-9h	1	2	3	4	5

# Accueil libre



*Participez librement à un moment  
d'échange et de création*



Tous les mardis dès 14h



Sans inscription



CAFF, Delémont



CHF 0.-



# Sport



*Cours de sport avec Natalia ou Aliona*



Tous les vendredis, 14h-15h



Sans inscription



Artsenal, Delémont



CHF 0.-



# Zumba



*Cours de zumba avec Jingky*



Lundi 1er juin, 14h-15h  
Lundi 8 juin, 14h-15h



Sans inscription



CAFF, Delémont

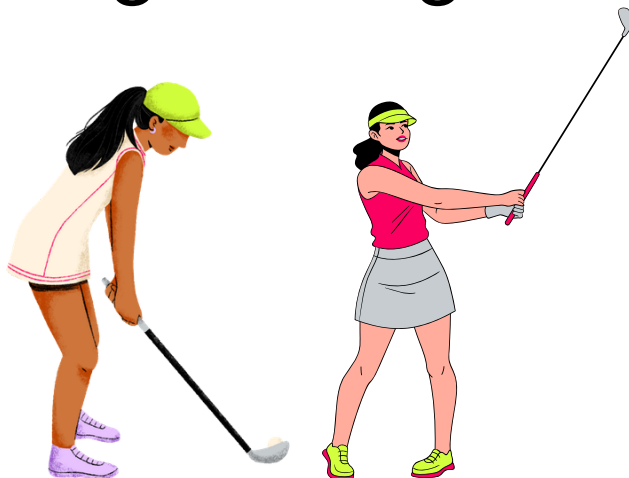


CHF 0.-





# Mini-golf et goûter



Mercredi 3 juin, 13h45 - 16h30



**Inscription obligatoire, maximum 8 femmes**



Rendez-vous au CAFF  
Déplacement jusqu'au mini-golf, Delémont

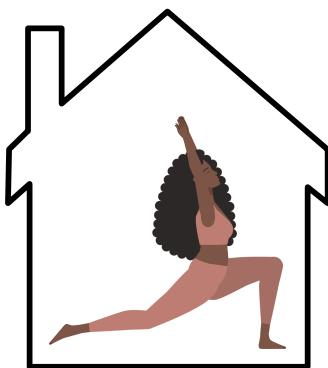


CHF 0.-





# Cours de sport Body Balance



Cours de sport **à la maison** avec Aliona



Mardi 9 juin, 8h - 9h  
Mardi 30 juin, 8h - 9h



Sans inscription



Sur WhatsApp  
demander le lien au CAFF ( 079 779 45 76)



CHF 0.-





# Jumping Fitness



Cours de Jumping Fitness avec Zdenka



Mercredi 10 juin, 14h30 - 16h30



**Inscription obligatoire, maximum 20 femmes**



Rendez-vous au CAFF  
Déplacement jusqu'au StudioZ, Delémont

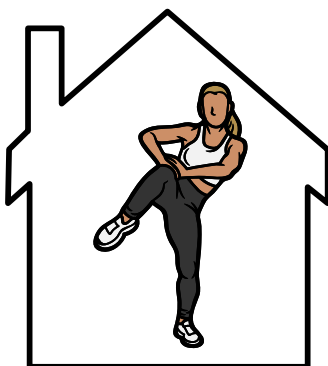


CHF 0.-





# Cours de sport Aérobique



Cours de sport **à la maison** avec Iryna



Dimanche 14 juin, 10h - 11h  
Dimanche 21 juin, 10h - 11h



Sans inscription



Sur WhatsApp  
demander le lien au CAFF (📞 079 779 45 76)



CHF 0.-





# Cours de danse Salsa



*Cours de danse avec Carlos Vargas, professeur*



Lundi 15 juin, 14h - 16h



**Inscription obligatoire, maximum 15 femmes**



Rendez-vous au CAFF  
Déplacement jusqu'au StudioZ, Delémont



CHF 0.-





# Atelier Plantes médicinales



Avec l'association Les Semeuses



Mercredi 17 juin, 13h - 18h



**Inscription obligatoire, maximum 7 femmes**



Rendez-vous au CAFF  
Déplacement en voiture jusqu'à Montenol



CHF 0.-



# Fête de départ de Nicole



Mercredi 24 juin, 15h30-17h00



Sans inscription



Jardin du château , Delémont

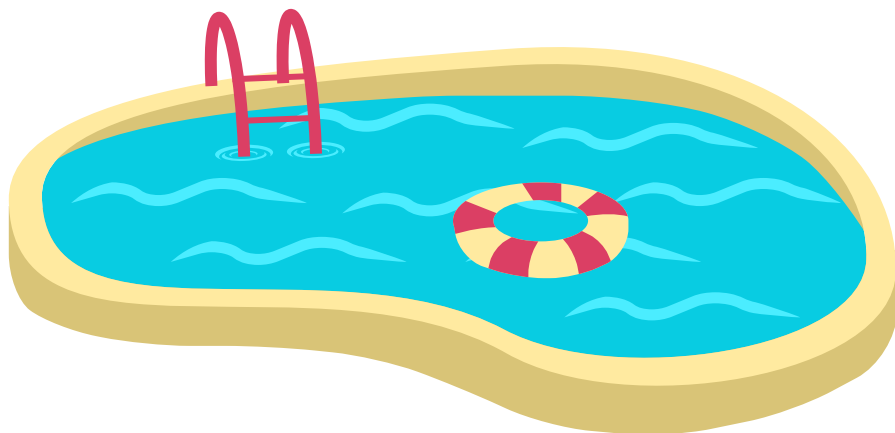


CHF 0.-





# Piscine



Vendredi 26 juin, 14h - 16h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF  
Déplacement jusqu'à la piscine, Delémont



CHF 0.-

