


Merci de vous inscrire par mail : laholi@yahoo.com ou par téléphone au 05.58.44.47.03

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 14 avril au 18 avril 2025

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Sam	Dim
<p>Présentation plateforme ESPAIRS LANDES de 10h à 11h</p> <p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p>Hypnose individuelle avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 9h15 à 10h45 et de 14h à 15h30</p> <p>Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 11h à 12h</p>		<p>Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 11h</p> <p>Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Atelier « L'Instant Café » avec Carole de 11h à 12h</p>	<p>Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi)</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi)</p> <p>Soins socio-esthétiques avec Élodie de 10h à 15h15 (individuel)</p> <p><u>Fermeture de La Holi jusqu'au 28 avril 2024</u></p>		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 28 avril au 2 mai 2025

Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1er	Vendredi 2	Sam	Dim
<p>C'est la reprise!</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 14h (sur rendez-vous)</p> <p>Marche douce avec Céline de 14h30 à 16h (Galimbès)</p>	<p>Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 13h</p> <p>Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Suivi diététique individuel avec Pauline de 13h30 à 15h30 (individuel)</p>		<p style="text-align: center;">F É R I É</p> 	<p>Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi)</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>		

*Créneaux libres individuels : Ecoute, conseils généraux, échanges, inscription...

→ **Surveillez régulièrement le planning : les séances sont susceptibles d'être modifiées.**

Prise de RDV indispensable SVP (mesures COVID-19).