




Merci de vous inscrire par mail : [laholi@yahoo.com](mailto:laholi@yahoo.com) ou par téléphone au 05.58.44.47.03

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 11 Juillet au 15 Juillet 2022

Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p>☰</p> <p><b>Atelier couture</b> avec Geneviève « Fabrication de coussins adaptés » de <b>14h à 16h</b></p> <p>☰</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p>☰</p> <p><b>Suivi diététique</b> avec Pauline de <b>14h à 17h</b> (créneaux individuels en présentiel)</p> <p>☰</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>	<p><b>/!\ OUVERTURE EXCEPTIONNELLE</b></p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h15 à 12h</b> (Cité Verte Galimbès)</p> <p><b>Fermeture de la Holi jusqu'au 07 Août inclus</b></p>	  			

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 08 Août au 12 Août 2022

Lundi 08	Mardi 09	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	Sam	Dim
<p><b>C'est la reprise !</b></p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Atelier couture</b> avec Geneviève « Fabrication de coussins adaptés » de <b>14h à 16h</b></p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Hypnose</b> avec Isabelle (infirmière hypno-thérapeute) de <b>10h à 12h</b> (individuel)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Hypnose Atelier collectif</b> avec Isabelle (infirmière hypno-thérapeute) de <b>14h à 15h30</b></p>		<p><b>Marche douce</b> avec Céline de <b>10h à 11h15</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de <b>11h30 à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p>☰</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h15 à 12h</b> (Cité Verte Galimbès)</p> <p>☰</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de <b>9h à 17h</b> (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).**