

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

*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).

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 13 AVRIL au 19 AVRIL 2026

Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Sam	Dim
Réflexologie crânienne avec Laure de 10h à 12h Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Gym douce avec Albert de 10h45 à 11h45 Suivi diététique individuel avec Pauline de 14h à 16h		Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h30 à 12h30 Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Rose pilates avec Gaëtan de 11h à 12h Soins de socio-esthétiques avec Amandine de 9h30 à 16h	Marche douce avec Laure de 10h à 11h30 RDV au parking du golf à Hagetmau à 10h Atelier peinture sur galets avec Aline de 14h à 15h30		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 20 AVRIL au 26 AVRIL 2026

Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Nouveauté à La Holi : Danse pour tous avec Leslie de 14h à 15h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 12h (sur rendez-vous)	Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h à 11h et de 13h à 15h30 Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Atelier collectif « Remue-Méninges » avec Carole de 11h-12h		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Suivi diététique individuel avec Pauline de 9h à 12h30 Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Atelier peinture sur galets avec Aline de 14h à 15h30		