

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 21 Novembre au 25 Novembre 2022

Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi) ~ Atelier créatif avec Geneviève « Fabrication de coussins adaptés» de 14h à 16h ~ Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 13h (sur rendez-vous)</p>	<p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Suivi diététique avec Pauline de 13h à 17h (créneau individuel en présentiel)</p>		<p>Soutien psychologique avec Eurydice (psychologue) de 9h à 11h et de 14h à 16h (créneaux individuels en présentiel)</p> <p>Atelier « <u>remue- ménages</u> » avec Eurydice (psychologue) 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>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 28 novembre au 2 Décembre 2022

Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1er	Vendredi 2	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Atelier créatif Geneviève « Fabrication de coussins adaptés» de 14h à 16h</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 13h (sur rendez-vous)</p>	<p>Hypnose avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 09h15 à 10h45 et de 15h à 16h30 (individuel)</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p>		<p>Yoga adapté avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</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).