

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 16 Février au 22 Février 2026

Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h	Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h à 12h et 14h30 à 15h30		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h		
Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h	Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45		Réflexologie crânienne avec Laure de 13h à 15h	Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45		
Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Atelier « Instant Café» avec Carole de 13h à 14h Atelier peinture sur galets avec Aline de 14h à 15h30		Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 12h (sur rendez-vous)	Atelier jeux avec Aline de 14h à 15h30		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 23 Février au 1 Mars 2026

Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h	Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h	Suivi diététique individuel avec Pauline de 9h à 12h30		
Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h				Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h		
Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Atelier jeux avec Aline de 14h à 15h30		Massage REBOZO avec Laure de 13h à 15h	Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Atelier peinture sur galets avec Aline de 14h à 15h30		