

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 23 septembre au 27 septembre 2024

Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi) Ateliers créatifs «Confection de goodies pour Octobre Rose» avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 14h (sur rendez-vous)	Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi) Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi) Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)	Suivi diététique individuel avec Pauline de 9h à 12h Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h suivi de Rose Pilates de 11h à 11h45 (La Holi) Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 13h à 17h (sur rendez-vous)		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 30 septembre au 4 octobre 2024

Lundi 30	Mardi 1er	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi) Ateliers créatifs «Confection de goodies pour ANNULÉ avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 14h (sur rendez-vous)	Hypnose individuelle avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 9h à 10h30 et de 14h à 15h30 Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi) Hypnose Atelier collectif avec Isabelle de 12h45 à 13h45		Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 12h Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi) Atelier Jeux avec Delphine de 14h à 16h	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi) Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi) Soins socio- esthétiques avec Élodie de 10h30 à 16h30 (individuel)		

*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).