

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 5 mai au 9 mai 2025

Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi) Ateliers créatifs et couture avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)	Hypnose individuelle avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 9h30 à 10h30 et de 12h30 à 14h et de 15h30 à 16h30 Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)		F É R I É	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi) Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi) Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 12 mai au 16 mai 2025

Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi) Ateliers créatifs et couture avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)	Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 12h Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi) Suivi diététique individuel avec Pauline de 14h à 16h (individuel)		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi) Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 15h (sur rendez-vous) Marche douce avec Céline de 14h30 à 16h (Galimbès)	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 10h 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).