

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 12 janvier au 18 janvier 2025

Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16	Sam	Dim
Soins socio-esthétiques avec Élodie de 9h à 15h30 (individuel) Gym douce avec Albert de 11h à 12h Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h à 11h et 13h30 à 15h30 Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Atelier collectif « Remue-Méninges» avec Carole de 11h à 12h		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Atelier jeux avec Aline de 14h à 15h30		

*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 19 Janvier au 25 Janvier 2026

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Hypnose individuelle avec Isabelle de 9h à 12h Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h à 11h et 13h30 à 15h30		Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Réflexologie crânienne avec Laure de 13h à 15h	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Atelier jeux avec Aline de 14h à 15h30		

