

Merci de vous inscrire par mail : [laholi@yahoo.com](mailto:laholi@yahoo.com) ou par téléphone au 05.58.44.47.03

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 3 février au 7 février 2025

Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Sam	Dim
<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b>	<b>Hypnose individuelle</b> avec Isabelle de <b>9h à 10h</b> et de <b>13h30 à 16h30</b>		<b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b>	<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(La Holi)</b>		
<b>Ateliers créatifs</b> <b>« ruban de perles »</b> avec Geneviève de <b>14h à 16h</b>	<b>Soutien psychologique individuel</b> avec Carole de <b>10h à 13h</b>		<b>Atelier Jeux</b> avec Delphine de <b>14h à 16h</b>	<b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>		
<b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>		<b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 10 février au 14 février 2025

Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Sam	Dim
<b>Hypnose individuelle</b> avec Isabelle de <b>9h30 à 11h</b>	<b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>		<b>Soutien psychologique individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>9h à 12h</b>	<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(La Holi)</b>		
<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b>	<b>Soutien psychologique individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>12h30 à 13h30</b>		<b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b>	<b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>		
<b>Ateliers créatifs</b> <b>« Confection de coussins adaptés »</b> de <b>14h à 16h</b>	<b>Suivi diététique individuel</b> avec Pauline de <b>14h à 17h</b>		<b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>		

\*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).**