

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 19 Septembre au 23 Septembre 2022

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Atelier créatif</b> avec Geneviève « Octobre Rose » de 14h à 16h</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Hypnose</b> avec Isabelle (infirmière hypno-thérapeute) de 09h à 10h et de 10h15 à 11h45 (individuel)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de 10h45 à 11h45 (Cité Verte-Galimbès) /!\Nouvel horaire</p>		<p><b>Soutien psychologique</b> avec Eurydice (psychologue) de 09h à 12h et de 14h à 16h (créneaux individuels en présentiel)</p> <p><b>Yoga adapté</b> avec Gaëtan de 10h à 11h (Cité Verte-Galimbès)</p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de 10h15 à 11h (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de 11h à 11h45 (Cité Verte-Galimbès) /!\Nouvel horaire</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 26 Septembre au 30 Septembre 2022

Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de 11h à 12h (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Atelier créatif</b> avec Geneviève « Octobre Rose » de 14h à 16h</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de 10h45 à 11h45 (Cité Verte-Galimbès) /!\Nouvel horaire</p> <p><b>Suivi diététique</b> avec Pauline de 14h à 17h (créneaux individuels en présentiel)</p>		<p><b>Yoga adapté</b> avec Gaëtan de 10h à 11h (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Soins socio-esthétiques</b> (maquillage correcteur, modelage, conseils...) avec Élodie (4 créneaux individuels)</p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de 10h15 à 11h (Cité Verte-Galimbès)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de 11h à 11h45 (Cité Verte-Galimbès) /!\Nouvel horaire</p> <p><b>Créneaux libres</b> pour tous renseignements avec Céline de 14h à 17h (sur rendez-vous)</p>		

\*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).**