

Merci de vous **inscrire** svp par mail : laholi@yahoo.com ou par téléphone au 05.58.44.47.03

*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 octobre au 25 octobre 2026

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi	Jeudi 22	Vendredi 23	Sam	Dim
Danse avec Leslie de 10h à 11h Gym douce avec Albert de 10h45 à 11h45 Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur RDV)	Soutien psychologique individuel avec Carole de 9h à 11h Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Programme Retour à l'Emploi Séance 1 avec Carole et Laure de 11h à 12h		Soins socio- esthétiques avec Amandine de 9h30 à 16h Body flow avec Gaëtan de 10h à 11h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur RDV)	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Jeux avec Aline de 14h à 16h		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 26 Octobre au 1 Novembre 2026

Lundi 26	Mardi 27	Mercredi	Jeudi 29	Vendredi 30	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 10h45 à 11h45 Ateliers créatifs avec Geneviève de 14h à 16h Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 12h (sur RDV)	Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Jeux avec Aline de 14h à 15h30		Réflexologie crânienne avec Laure de 10h à 12h Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h	Suivi diététique individuel avec Pauline de 9h30 à 12h Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45		