

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 14 juillet au 18 juillet 2025

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Sam	Dim
<b>F É R I É</b>	<p><b>Soutien psychologique individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>11h à 12h</b></p> <p><b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>		<p><b>Hatha Yoga</b> avec <b>Cécile</b> de <b>11h30 à 12h30</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> (sur rendez-vous)</p> <p><b>Atelier Jeux</b> avec Céline de <b>14h à 16h</b></p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 21 juillet au 25 juillet 2025

Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Ateliers créatifs et couture</b> avec Geneviève de <b>14h à 16h</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> (sur rendez-vous)</p>	<p><b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>PIQUE-NIQUE</b> <b>(Cité verte)</b> <b>de 12h à 14h</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>		<p><b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> (sur rendez-vous)</p> <p><b>Marche douce</b> avec Céline de <b>14h30 à 16h</b></p>	<p><b>Suivi diététique individuel</b> avec Pauline de <b>9h à 12h30</b> <b>(individuel)</b></p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(Cité verte)</b></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).**