

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 8 Décembre au 14 Décembre 2025

Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	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 Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 10h45 avec Dominique de 10h45 à 16h (sur rendez-vous)		Soutien psychologique individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 11h Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Hypnose individuelle avec Isabelle de 15h à 17h Atelier Jeux avec Laure de 13h30 à 15h30	Soins socio- esthétiques avec Élodie de 10h à 16h30 (individuel) Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45		

*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 15 décembre au 21 décembre 2025

Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h Ateliers sablés de Noël avec Geneviève de 13h à 15h45 Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Rose pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 Créneaux libres pour tous renseignements avec Laure de 9h à 12h et Dominique de 12h à 16h (sur rendez-vous)		Soutien individuel avec Carole (psychologue) de 9h à 11h Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h Atelier « <i>Instant Café</i> » avec Carole de 11h à 12h Petit pot de fin d'année à partir de 12h (inscriptions souhaitées svp) 	Suivi diététique individuel avec Pauline de 9h à 12h Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 Fermeture exceptionnelle de 12h à 17h VACANCES NOËL		