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 10 Août au 14 Août 2020

Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Sam	Dim
Gym Douce avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Moment détente individuel « Modelage corps »** avec Elodie (socio-esthéticienne) de **14h à 15h**	**Rose Pilates** avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **14h à 16h30**	**Gym Douce** avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **14h à 16h30**	**Yoga adapté** avec Gaëtan de **11h à 12h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Moment détente individuel « Modelage corps »** avec Elodie (socio-esthéticienne) de **14h à 15h**	**Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **10h15 à 12h30** **Coloriage Mandala « Anti stress »** avec Elodie de **14h à 15h**		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 17 Août au 21 Août 2020

Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Sam	Dim
Gym Douce avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Moment détente individuel « Modelage corps »** avec Elodie (socio-esthéticienne) de **14h à 15h**	**Rose Pilates** avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **14h à 16h30**	**Gym Douce** avec Albert de **10h à 11h (En extérieur-cité verte Hagetmau)** **Relaxation collective/ hypnose** avec Isabelle (infirmière hypno-thérapeute) de **14h à 15h30 (3 personnes)**	**Marche adaptée (Galimbes)** avec Elodie de **10h15 à 11h30** **Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **14h à 16h30**	**Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV** de **10h15 à 12h30** **Moment détente individuel « Modelage corps »** avec Elodie (socio-esthéticienne) de **14h à 15h**		

*Créneaux libres : Ecoute, conseils généraux, échanges, inscription, présentation des locaux…

Prise de RDV indispensable SVP (mesures COVID-19).

Pour obtenir un RDV avec Pauline (diététicienne) merci de nous contacter par mail ou téléphone.