

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 28 Septembre au 02 Octobre 2020

Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 01	Vendredi 02	Sam	Dim
Marche adaptée (Galimbes) avec Elodie de 10h30 à 11h45	Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Gym Douce avec Albert de 10h45 à 11h45 (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Yoga adapté avec Gaëtan de 11h à 12h (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Moment détente individuel « Modelage corps » avec Elodie (socio-esthéticienne) de 11h à 12h		
Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV de 14h à 16h30	Moment détente individuel « Modelage corps » avec Elodie (socio-esthéticienne) de 14h à 15h	Relaxation collective/hypnose avec Isabelle (infirmière hypnothérapeute) de 14h à 15h30 (4 personnes)	Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV de 14h à 16h30	Entretien Individuel avec Anna (psychologue) de 14h à 16h15 (2 personnes)		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 05 Octobre au 09 Octobre 2020

Lundi 05	Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09	Sam	Dim
Gym Douce avec Albert de 10h45 à 11h45 (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Gym Douce avec Albert de 10h45 à 11h45 (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Yoga adapté avec Gaëtan de 11h à 12h (En extérieur-cité verte Hagetmau)	Moment détente individuel « Modelage corps » avec Elodie (socio-esthéticienne) de 11h à 12h		
Moment détente individuel « Modelage corps » avec Elodie (socio-esthéticienne) de 14h à 15h	Socio-esthétique « Comment prendre soin de vos ongles durant les traitements » avec Elodie (socio-esthéticienne) de 15h à 16h	Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV de 14h à 16h30	Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV de 14h à 16h30	Créneaux libres pour tous renseignements sur RDV de 14h à 16h30		

*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), Isabelle (infirmière hypnothérapeute) ou Elodie (socio-esthéticienne) merci de nous contacter par mail ou téléphone.