

Activités complémentaires 2021

EN GROUPE Inscriptions et paiement à l'accueil.

Forfait 3 activités 25 € | Forfait 6 activités 45 €



LUNDI

Aquagym douce

avec **Fabien**

Piscine thermique
à 15^H00 > 9 €

Naturopathie et Arthrose

avec **Anne Roulet**, infirmière DE.

Salle de réunion
de 16^H30 à 17^H45 > 9 €



MARDI

Yoga

avec **Isabelle Mercui**,
enseignante de Yoga.

Salon Chalosse
de 15^H00 à 16^H15 > 9 €

Hypnose

avec **Elodie Guiffard**,
praticienne en hypnose
ericksonienne et humaniste.

Salon Chalosse
de 17^H30 à 18^H45 > 9 €



MERCREDI

Qi Gong

avec **Franck Soissons**, instructeur.

Salon Chalosse de 15^H00 à 16^H15 > 9 €



JEUDI

Des activités physiques adaptées avec
Agnès Panigai, éducatrice sportive :

> Initiation au Pilates > Gym P.A.P.E.*

en alternance au salon Chalosse
de 15^H00 à 16^H15 > 9 €

Sophrologie

avec **Marie-José Larrivière**.

Cafétéria
de 16^H30 à 17^H45 > 9 €

* P.A.P.E. : Prévention par l'Activité
Physique pour garder son Équilibre



VENDREDI

Méditation pleine conscience

avec **Elodie Guiffard**, praticienne en thérapie symbolique.

Salon Chalosse de 15^H00 à 16^H15 > 9 €