

Activités complémentaires 2022

EN GROUPE Inscriptions et paiement à l'accueil.

Forfait 3 activités 25 € | Forfait 6 activités 45 €



LUNDI

Aquagym douce

avec **Fabien**

Piscine thermale à 15^h00 > 9 €



MARDI

Initiation à la réflexologie palmaire

avec **Audrey Bezin**, réflexologue.

Cafétéria de 15^h00 à 16^h15 > 9 €

Hypno-relaxation

avec **Chantal Heuzé**, praticienne en thérapies brèves.

Salon Chalosse de 17^h00 à 18^h15 > 9 €



MERCREDI

Qi Gong

avec **Franck Soissons**, instructeur.

Salon Chalosse de 15^h00 à 16^h15 > 9 €

Sophrologie

avec **Véronique Riguidel**, sophrologue.

Salon Chalosse de 17^h00 à 18^h15 > 9 €



JEUDI

Des activités physiques adaptées avec **Agnès Panigai**, éducatrice sportive :

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

en alternance au salon Chalosse de 15^h00 à 16^h15 > 9 €

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



VENDREDI

Cohérence cardiaque OU Méditation pleine conscience

avec **Chantal Heuzé**, praticienne en thérapies brèves.

en alternance au salon Chalosse de 15^h30 à 16^h45 > 9 €