

2020		mars				ACTIVITES ETINCELLE DE LA SAMBRE	
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMED	DIMANCH	
24	25	26	27	28	29	01	
02	03	04	05	06	07	08	
	Sophrologie 10h-11h		Esth Ind 9h30-10h30 10h45-11h45	Nutrition 9h30-12h30 			
Convivialité (pause café) 14h-17h Activité Physique et Sportive avec Nabil 15h-16h30	Créations Manuelles 14h-17h ----- REFLEXOLOGIE 4 Séances Individuelles 13h30-14h30 14h40-15h40 15h50-16h50 17h-18h	Dessin 14h-17h 	Convivialité (pause café) 14h-17h	APA 14h30-16h 			
09	10	11	12	13	14	15	
Groupe d'échanges 9h30-11h30	Sophrologie 10h-11h						
Convivialité (pause café) 14h-17h Activité Physique et Sportive avec Nabil 15h-16h30	Créations Manuelles 14h-17h	Dessin 14h-17h 	Convivialité (pause café) 14h-17h	APA 14h30-16h 			
16	17	18	19	20	21	22	
	Sophrologie 10h-11h						
Convivialité (pause café) 14h-17h Activité Physique et Sportive avec Nabil 15h-16h30	Créations Manuelles 14h-17h ----- Esth group "Une mode pour chaque morphologie" 14h-16h ----- Toucher-Massage 16h-16h30 / 16h30-17h	Dessin 14h-17h 	Convivialité (pause café) 14h-17h	APA 14h30-16h 			
23	24	25	26	27	28	29	
	Sophrologie 10h-11h						
Convivialité (pause café) 14h-17h Activité Physique et Sportive avec Nabil 15h-16h30	Créations Manuelles 14h-17h ----- REFLEXOLOGIE 4 Séances Individuelles 13h30-14h30 14h40-15h40 15h50-16h50 17h-18h	Dessin 14h-17h 	Convivialité (pause café) 14h-17h	Nutrition 9h30-12h30  APA 14h30-16h 			
30	31	<p>Ateliers sur réservation UNIQUEMENT, auprès de Sophie au 03.27.64.34.50 ou au 07.83.57.56.47</p> <p>Spécificités ateliers : Apa : eau + serviette + certificat médical RDV Socio-esthétique Ind : peignoir demandé Toucher-Massage : certificat médical pour massage bien être Réflexologie : une bouteille d'eau</p> <p>Un espace détente est à votre disposition en libre service</p> <p>Nouvel atelier "Art floral" découverte le 31 mars</p> <p>Karine - coach / stagiaire - sera présente dans nos locaux : les lundis 9, 16, 30 et les mardis 3, 17 et 24 mars de 9h à 17h N'hésitez pas si vous souhaitez la rencontrer</p>					
	Sophrologie 10h-11h						
Convivialité (pause café) 14h-17h Activité Physique et Sportive avec Nabil 15h-16h30	Esth Ind 14h-15h 15h15-16h15 ----- Découverte d'un atelier "art floral" 14h						