

PROGRAMME

100% GRATUIT
 ACTIVITÉS OUVERTES À TOUS ET SANS ENGAGEMENT !*

APALIB' ANIMATIONS VOUS INVITE À
LA SEMAINE

BIEN-ÊTRE !
 DU 4 AU 8 FÉVRIER 2019

LUNDI 4/02

Conférence
 La communication
 efficace, un bien être
 au quotidien
 de 9h30 à 11h
 Colmar
 et de 13h30 à 15h30
 Ribeauvillé

Initiation
 Yoga doux
 de 14h à 15h30
 Colmar

MARDI 5/02

**Relaxation,
 méditation guidée**
 de 9h30 à 11h
 Grussenheim

**Découverte
 sophrologie,
 relaxation**
 de 10h à 11h30
 Colmar

Conférence
 Le chamanisme
 de 14h30 à 16h
 Grussenheim

Art Thérapie
 de 14h30 à 16h
 Ingersheim

MERCREDI 6/02

Conférence
 Les émonctoires
 de 9h30 à 11h30
 Colmar

**Relaxation,
 méditation guidée**
 de 14h à 15h30
 Widenolsen

Adresses des activités :

Colmar :
 Espace Bel Age,
 14 rue Berthe Molly

JEUDI 7/02

**Relaxation
 guidée
 des bols
 chantants**
 de 9h30 à 11h00
 Colmar

Danse Longo
 de 9h30 à 11h00
 Soultzbach les Bains

Gym évolutive
 de 14h à 16h
 Colmar

Grussenheim :
 Salle du Foyer,
 15 rue de la Paix

Ingersheim :
 La Ruche,
 14a rue Jeanne d'Arc

VENDREDI 8/02

**Relaxation
 guidée des
 bols chantants**
 de 9h30 à 11h00
 Ingersheim

Atelier mémoire
 de 14h à 16h
 Wintzenheim

Ribeauvillé :
 Maison Jeanne d'Arc,
 3 place de Berkheim

Soultzbach les Bains :
 salle Verein'huss,
 1 rue de Wasserbourg

Widenolsen :
 salle du Presbytère,
 rue de l'Eglise

Wintzenheim :
 salle Arthuss, 2 avenue
 M^{al} de Lattre de Tassigny

POUR PLUS D'INFORMATIONS RENDEZ-VOUS SUR ANIMATIONS.APALIB.FR

* Uniquement sur inscription jusqu'au 1er février 2019
 à une ou plusieurs activités dans la limite des places disponibles.

ENVIE D'ESSAYER ?
 INSCRIPTION AU

03 89 23 23 02