

APALIB' VOUS INVITE À

LA SEMAINE BIEN-ÊTRE

DU 3 AU 7 FÉVRIER

ENVIE D'ESSAYER ?

03 89 23 23 02

2 activités maximum par personne - Inscription obligatoire jusqu'au 29 janvier 2020 et dans la limite des places disponibles.

... 360 ACTIVITÉS PRÈS DE CHEZ VOUS sur animations.apalib.fr

apalib'
Vitaminez
votre temps libre
animations.apalib.fr

SPORTS • BIEN-ÊTRE • ARTS • NOUVELLES TECHNOLOGIES...

PROGRAMME



DU 3 AU 7 FÉVRIER

LUNDI 03/02

GYM SUR CHAISE

14h15 - 15h
SIGOLSHEIM

MARDI 04/02

MARCHE NORDIQUE

9h - 11h
WIHR-AU-VAL

GYMNASTIQUE

EQUILIBRE
14h - 15h30
RIQUEWIHR

MARCHE

14h - 16h
CHÂTENOIS

MERCREDI 05/02

MÉDITATION GUIDÉE

8h45 - 10h15 - BERGHEIM

SOPHROLOGIE

9h - 10h15 - MUNSTER

AIKIDO SENIOR

9h - 10h30 - SIGOLSHEIM

MÉDITATION GUIDÉE

10h30 - 12h - BERGHEIM

ATELIER MÉMOIRE

14h - 16h - MUNSTER

CONFÉRENCE

Découverte du chamanisme

17h- 18h30
GRUSSENHEIM

**INFOS &
INSCRIPTIONS**

03 89 23 23 02

JEUDI 06/02

SOPHROLOGIE

9h30 - 10h45
LIÈPVRE

GYMNASTIQUE

ÉVOLUTIVE
18h - 19h15
RIBEAUVILLÉ

VENDREDI 07/02

GYM LUDIQUE

Mobilises ton corps
8h45 - 10h15
BENNWIHR

RANDONNÉE

13h30 - 16h
RIBEAUVILLÉ

CONFÉRENCE

Train du Sommeil
14h - 16h
KIENZHEIM

Réseau APA
Le Standard en V

Fondation Alliance
CAIRPSA - CARPRECA

Et avec le soutien
de nombreuses
communes

ALSACE

Conseil Départemental
Haut-Rhin



AG2R LA MONDIALE