



APALIB' VOUS INVITE À

# LA SEMAINE BIEN-ÊTRE

DU 3 AU 7 FÉVRIER

ENVIE D'ESSAYER ?

03 89 32 78 81 - 06 33 42 93 19

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](http://animations.apalib.fr)

**apalib'**  
Vitaminisez  
votre temps libre  
[animations.apalib.fr](http://animations.apalib.fr)

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

## PROGRAMME



DU 3 AU 7 FÉVRIER

**LUNDI 03/02**

**MARCHE NORDIQUE**

14h - 16h  
ALTKIRCH

**DANSE DE SALON**

14h - 15h30  
LEYMEN

**MARDI 04/02**

**DANSE DE SALON**

14h - 15h30  
SAINT-LOUIS

**SOPHROLOGIE**

16h30 - 17h30  
SAINT-LOUIS

**MERCREDI 05/02**

**EXPRESSION CORPORELLE**

10h - 11h  
SAINT-LOUIS

**INITIATION YOGA**

11h - 12h - ALTKIRCH

**ATELIER NUTRITHÉRAPIE**

13h30 - 14h30 - CARSPACH

**MARCHE NORDIQUE**

14h - 16h - SAINT-LOUIS

**PÉRINÉ EN MOUVEMENT**

15h40 - 16h40 - CARSPACH

**JEUDI 06/02**

**EXPRESSION  
CORPORELLE**

10h - 11h  
ALTKIRCH

**GYM DOUCE**

10h - 11h  
WALDIGHOFFEN

**ART THÉRAPIE**

14h30 - 16h10  
SAINT-LOUIS

**VENDREDI 07/02**

**SOPHROLOGIE**

10h - 11h - LEYMEN

**SOPHROLOGIE**

14h - 15h  
ALTKIRCH

**INFOS &  
INSCRIPTIONS**

03 89 32 78 81

06 33 42 93 19

Réseau APA  La Solidarité en \*

ALSACE  Cavus d'Alsace  
Haut-Rhin

Fondation Alliance  
CAIRPSA CARPRECA

 AG2R LA MONDIALE

Et avec le soutien  
de nombreuses  
communes