



100% GRATUIT

apalib'
Ensemble tissons le fil de la vie
Membre du
Réseau APA
La Solidarité en +

**SPORT
BIEN-ÊTRE
ART
NOUVELLES
TECHNOLOGIES**

APALIB' vous invite à
**LA SEMAINE
BIEN-ÊTRE**
Du 5 au 9 octobre

Envie d'essayer ?



03 89 23 23 02
03 89 20 17 17



2 activités maximum par personne - Inscription obligatoire jusqu'au 30/09 et dans la limite des places disponibles.

360 ACTIVITÉS SUR ANIMATIONS.APALIB.FR

Programme ☀️

DU 5 AU 9 OCTOBRE

<p>LUNDI 05/10 TAÏ CHI 10H30 - 11H30 LADHOF - COLMAR</p>	<p>SE RENCONTRER SANS SE DÉPLACER (ZOOM - SKYPE) 15H - 16H EBA - COLMAR</p>	<p>DÉMONSTRATION CUISINE SAINES, BIEN-ÊTRE ET DÉGUSTATION 9H30 - 11H EBA - COLMAR</p>	<p>VOS SOUVENIRS NUMÉRIQUES (GOOGLE PHOTOS) 9H30 - 10H30 EBA - COLMAR</p>	<p>VENDEDI 09/10 GYM DOUCE 9H - 10H BISCHWIHR</p>
<p>MARDI 06/10 HATHA YOGA 10H - 11H15 LADHOF - COLMAR</p>	<p>MERCREDI 07/10 BOLS CHANTANTS 9H30 - 10H45 INGERSHEIM</p>	<p>DÉMONSTRATION CUISINE SAINES, BIEN-ÊTRE ET DÉGUSTATION 11H - 12H30 EBA - COLMAR</p>	<p>VOYAGER EN RESTANT CHEZ SOI (GOOGLE MAPS) 10H30 - 11H30 EBA - COLMAR</p>	<p>YIN YANG (YOGA) 10H45 - 12H LADHOF - COLMAR</p>
<p>STATIONNER AVEC SON SMARTPHONE (EASYPARK) 14H - 15H EBA - COLMAR</p>	<p>JEUDI 08/10 MARCHE NORDIQUE 9H - 11H NEULAND</p>	<p>EXPRESSION CORPORELLE 9H30 - 11H BISCHWIHR</p>	<p>TRAIN DU SOMMEIL 14H - 16H EBA - COLMAR</p>	<p>SELF DEFENSE 14H - 15H LADHOF - COLMAR</p>

INFOS & INSCRIPTIONS
03 89 23 23 02

<p>LUNDI 05/10 CONFÉRENCE TRAIN DU SOMMEIL 14H - 16H RIBEAUVILLÉ</p>	<p>BALADE NORDIQUE 14H - 16H SCHERWILLER</p> <p>MÉDITATION GUIDÉE 17H30 - 19H GRUSSENHEIM</p>	<p>ÊTRE EN FORÊT, SE RELIER AUX ÉNERGIES DE LA NATURE 14H - 16H THANNENKIRCH</p>	<p>EXPRESSION CORPORELLE 17H30 - 19H MARCKOLSHEIM</p> <p>GYM ÉVOLUTIVE 18H - 19H15 RIBEAUVILLÉ</p>	<p>Fondation Alliance CAIRPSA CARPRECA</p> <p>AG2R LA MONDIALE</p>
<p>MARDI 06/10 SOPHROLOGIE 9H30 - 10H45 RIBEAUVILLÉ</p> <p>GYM ÉQUILIBRE 9H30 - 11H LIÈPVRE</p>	<p>MERCREDI 07/10 MÉDITATION GUIDÉE 8H45 - 10H15 BERGHEIM</p>	<p>JEUDI 08/10 DÉTENTE & ÉNERGIE ATELIER DÉCOUVERTE DES AUTO-MASSAGES DO IN 11H - 12H OU 12H15 - 13H15 MUNSTER</p>	<p>VENDEDI 09/10 GYM ÉQUILIBRE 8H45 - 10H15 MUNSTER</p> <p>RANDONNÉE 13H30 - 16H RIBEAUVILLÉ</p>	<p>ALSACE Conseil départemental HAUT-RHIN</p> <p>Et avec le soutien de nombreuses communes</p> <p>INFOS & INSCRIPTIONS 03 89 20 17 17</p>