

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 ?



06 33 42 93 19



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

LUNDI 05/10

GYM DOUCE
10H - 11H
WALDIGHOFEN

ART THÉRAPIE
13H30 - 16H
SAINT-LOUIS

MARCHE NORDIQUE
14H - 15H30
ALTKIRCH

MARDI 06/10

EXPRESSION CORPORELLE
10H - 11H30
WALDIGHOFEN

YOGA SUR CHAISE
16H15 - 17H15
WALDIGHOFEN

MERCREDI 07/10

PREMIER CONTACT AVEC LA TABLETTE NUMÉRIQUE
10H - 12H
WALDIGHOFEN

ATELIER NUTRITHÉRAPIE
13H30 - 14H30
CARSPACH

MARCHE NORDIQUE
14H - 15H30
SAINT-LOUIS

JEUDI 08/10

SOPHROLOGIE
10H - 11H30
WALDIGHOFEN

YOGA INITIATION
13H45 - 15H15
ALTKIRCH

PÉRINÉE ET ABDOS
15H30 - 16H30
ALTKIRCH

VENDREDI 09/10

BALADE FACILE
10H - 11H30
ALTKIRCH



INFOS & INSCRIPTIONS

06 33 42 93 19

Fondation Alliance
CAIRPSA CARPRECA

 **AG2R LA MONDIALE**

ALSACE  **Conseil départemental HAUT-RHIN**

Et avec le soutien de nombreuses communes