

100% GRATUIT



apa lib'
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 9 au 12 mars

Envie d'essayer ?

INFOS ET INSCRIPTIONS

03 89 20 17 17

2 activités maximum par personne - Inscription obligatoire
jusqu'au 28/02 et dans la limite des places disponibles.

360 ACTIVITÉS [SUR ANIMATIONS.APALIB.FR](https://www.apalib.fr)

Programme

MARDI 09/03

**RELAXATION ET
SOPHROLOGIE
EN VISIO**
AVEC ANNE
DE 17H À 18H

**MERCREDI
10/03**

**GYM DOUCE
EN VISIO**
AVEC JOAN
DE 11H À 12H

JEUDI 11/03

**GYM TONIQUE
EN VISIO**
AVEC JOAN
DE 11H À 12H

**MÉDITATION
GUIDÉE
EN VISIO**

AVEC EUGÉNIE
DE 17H À 18H30

**VENDREDI
12/03**

GYM ÉQUILIBRE
AVEC HAK
DE 8H45 À 10H15
MUNSTER
Rendez-vous
à 2 place de la salle
des fêtes, ancienne
bibliothèque,
au sous sol
de la salle des fêtes

**BALADE
SPORTIVE**
AVEC JOAN

DE 14H À 16H
GRUSSENHEIM
Rendez-vous
Salle du Foyer,
15 rue de la Paix

**MARCHE
NORDIQUE**
AVEC VÉRONIQUE
ET CÉCILE
DE 14H À 16H
LIÈPVRE
Rendez-vous
au parking de la
vancelle, gare.



Fondation Alliance
CAIRPSA CARPRECA

ALSACE  HAUT-RHIN

Et avec le soutien de
nombreuses communes



 AG2R LA MONDIALE