



Siège social : Rue Henri Dunant
59300 Valenciennes
03/27/27/83/90



Agenda des activités VALENCIENNES Eté



Gratuit
Sur réservation

Activités en collectif sur rendez-vous

Activité physique adaptée* - Tous les vendredis de juillet et août à **9h30** (sauf le 16 août)

Yoga – Mardi 9 juillet à **9h30**

Sophrologie par la Méditation – Mardi 9 juillet à **10h30**

Zumba* – Mercredi 3 juillet à **10h30**

Sophrologie – Mardi 9 et 23 juillet, Mardi 13 et lundi 19 août à **10H30 et 15h**

Renforcement musculaire* – Jeudi 4, 11 et 18 juillet, Jeudi 8 et 22 août à **15h**

Atelier créatif – Tous les vendredis de juillet et août à **14h** (sauf le 16 août)

Gymnastique ballon – Mardi 2 juillet à **10h**

Activités en individuel sur rendez-vous

Psychologue Vendredi 5 juillet Vendredi 12 juillet Vendredi 19 juillet Vendredi 26 juillet	Diététique Le vendredi après-midi sur rendez-vous	Sophrologie Mardi 9 juillet Mardi 23 juillet Mardi 13 août Mardi 19 août	Socio Esthétique Mardi 2 juillet Mardi 9 juillet Mardi 16 juillet Mardi 23 juillet Mardi 30 juillet Mardi 13 août
Réflexologie Plantaire Jeudi 18 juillet Vendredi 26 juillet Vendredi 23 août	Hypnose Mardi 16 juillet	Coaching travail Jeudi 18 juillet Jeudi 25 juillet	Massage Mardi 9 juillet Mardi 23 juillet Mardi 6 août Autres dates à venir

Réunion d'information
 « La place du Kinésithérapeute
 dans le parcours de soins »
 Lundi 1^{er} juillet à 14h

*Pour le sport, prescription médicale obligatoire, merci de vous munir d'un tapis !

Accueil & Soutien sur RDV - Activités sur inscription obligatoire auprès de l'ERC EMERA : 03/27/27/83/90