

# ATELIERS SANTE

## EN UN CLIC

VIA SKYPE



**Pour s'inscrire, envoyer les informations suivantes par mail à l'adresse suivante :**

**[anne.garry@clic-riom.fr](mailto:anne.garry@clic-riom.fr)**

- votre NOM, prénom, téléphone, année de naissance,
- Pseudo/identifiant Skype, séance(s) choisie(s)

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Mercredi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>	<u>Samedi</u>	<u>Dimanche</u>
Gym douce 9h00-10h00 Avec Cathy	Gym douce 9h00-10h00 Avec Cathy	Gym douce 9h00-10h00 Avec Cathy	Auto- massage 8h45-10h00 Avec Myriam	Informatique 10h00-11h00 Avec Harmonie		
Auto- massage 10h00-11h30 Avec Myriam			Sophrologie 10h00-11h00 Avec Sandrine	Gym douce 14h30-15h30 Avec Cathy		Sophrologie 14H00-15H00 Avec Valérie
Sophrologie 14h00-15h00 Avec Isabelle	Sophrologie 15h00-16h00 Avec Catherine		Jeux de mots, jeux de lettres et d'écriture 17H30-19H00 Avec Marie-Ange	Bien-être (sommeil, stress, cohé- rence cardiaque...) 16h00-18h00 Avec Isabelle		
				Yoga 18h30-20h30 Avec Cyril		

**Besoin d'aide pour l'installation et l'utilisation de Skype et pour un problème informatique :  
vous pouvez contacter, les mardis 14h00-16h00 et les vendredis 9h00-10h00 Harmonie au 06 70 03 35 62.**