

balnéa

Octobre Rose

12 ET 13 OCTOBRE 2024



Inscription
obligatoire
Nombre de
places limitées



Week-end bien être

balnéa

En partenariat avec



Mouv'in Louron

Octobre Rose

12 ET 13 OCTOBRE 2024

Week-end bien être

Inscription
obligatoire
Nombre de
places limitées



SAMEDI 12 OCTOBRE

- 9h à 10h - **Relaxation en eau chaude** à Balnéa
- 10h30 à 11h - **Challenge natation des roses 200 à 500 mètres** au bassin Olympien (en équipe ou individuel)
- 14h à 15h - **Café conférences** à Valgora
- 15h30 - séance **Moov'in Louron** à Valgora
- 16h30 à 17h 30 - **Yoga** à Valgora, séance dispensée par l'Institut sportif du Louron
- 10h à 17h **Soins Tui na** 50 min et **Kobido, Shiatsu, diététique (20 min)** sur rdv à Valgora

(soins dispensés par le centre de médecine chinoise de Toulouse et thérapeutes de la Vallée du Louron)

DIMANCHE 13 OCTOBRE

- 9h à 10h - **Relaxation en eau chaude** à Balnéa
- 9h à 10h - **Pilates** à l'Institut sportif du Louron
- 10h30 à 11h30 - **Challenge natation des roses 1km** au bassin Olympien (en équipe ou individuel)
- 10h à 16h **Soins Tui na 50 min** sur rdv (places limitées) à Valgora

(soins dispensés par le centre de médecine chinoise de Toulouse)

Une contribution de 5€ par activité sera demandée à l'accueil de Balnéa lors de votre venue, elle sera reversée à la ligue contre le cancer, un cadeau vous sera offert en échange.

Accès au centre Balnéa de 10h à 20h (tarif sur balnea.fr)