

ACTIVITÉS À L'ESPACE +

Toutes les activités nécessitent une inscription : 04 355 75 90 ou espaceplus@chc.be

JOUR	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
ESTHETIQUE ET IMAGE DE SOI – Activités individuelles						
Massage/soins esthétiques Maquillage permanent <i>Camille Decoster et Mélinda Fernandez</i>	9h00 – 17h00	9h00 – 17h00	9h00 – 17h00	9h00 – 17h00	9h00 – 17h00	
Réflexologie Plantaire <i>Sabine Masereel</i>	9h00 – 14h30			09h00 – 13h00		
Conseil en image <i>Bernadette Andrienne</i>			9h00 – 13h00 (1 semaine sur 2)			
Tatouage Aréole mammaire NEW <i>Sarah Farella</i>			9h00 – 13h00			
Pédicure NEW <i>Sandrine Jacquet</i>				14h00-17h00		
Coiffure <i>Beciani Béatrice</i>					09h00 – 17h00	
Shooting Photo						10h00 – 11h00 (1 fois par mois)
SPORTS ET ARTS – Activités collectives						
Atelier Peinture <i>Marcelle Balthazar</i>	13h30 - 16h30					
Latino Fitness NEW <i>Christiane Meunier</i>	10h00 - 11h00					
Yoga <i>Lucie Lovato – Sophie Delhoulle</i>		10h00 – 11h00 11h30 – 12h30				
Danse orientale NEW <i>Déborah Danse</i>		13h00 – 14h00				
Renforcement musculaire & stretching NEW <i>Naima</i>				15h00 – 16h00		
Self Défense <i>Alexandre Vanderlinden</i>					11H00 – 12H00	
Pilates <i>Valérie Moise</i>						09h00 – 10h00 (3 fois par mois)
Tempo Move <i>Cédric Roppe</i>				16h30 – 17h30		
Revalidation Onco <i>Véronique Raskin</i>	11h00 – 17h00			11h00 – 12h00	13h00 – 17h00	

ACTIVITÉS À L'ESPACE +

Toutes les activités nécessitent une inscription : 04 355 75 90 ou espaceplus@chc.be

JOUR	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
ACTIVITES EXTERIEURES – Activités collectives de saison						
Marche Nordique <i>Véronique Raskin</i>					10h00-11h00	
Je cours pour ma forme et l'E+ <i>Tina Iandolillo</i>		16h30 - 17h30				
SPORTS ET ARTS – Activités collectives						
Accès libre à la piscine	Rdv à fixer au 04 355 75 90 pour une séance de 1h30 de porte à porte					
Aqua Move <i>Cédric Roppe</i>	NEW	17h00 – 18h00				
Hydrothérapie Revalidation <i>Véronique Raskin</i>		13h15 – 15h30				
SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE						
Groupe Thérapeutique <i>Céline Gathy</i>	Rdv à fixer avec Céline au 0477 81 07 13					
Accueil enfants/ado <i>Amélie Javaux</i>	Rdv à fixer avec Amélie au 0486 24 89 48					