



BIO & SPA HOTEL

Programme de nos activités bien-être La Clairière
 La Clairière Well-being activities program
 Programme sous réserve de modification

La Clairière vous informe que les séances sont susceptibles d'être annulées si nous n'avons pas d'inscription

La participation aux activités est payante, sauf si celle-ci est comprise dans votre forfait

Date	Time/ Horaire	Activities/ Activités	Durée / Lenght	Location / Lieu
Mercredi 15 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
Jeudi 16 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Méditation en mouvement	60min	salle 311
Vendredi 17 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Qi Gong	60min	salle 311
Samedi 18 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	16h00	Tai Chi	60min	salle 311
	18h30	Qi Gong	60min	salle 311
Dimanche 19 Mai	10h00	Méditation Zen	60min	salle 311
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception



BIO & SPA HOTEL

Programme de nos activités bien-être La Clairière
 La Clairière Well-being activities program
 Programme sous réserve de modification

La Clairière vous informe que les séances sont susceptibles d'être annulées si nous n'avons pas d'inscription

La participation aux activités est payante, sauf si celle-ci est comprise dans votre forfait

Lundi 20 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Tai Chi	60min	salle 311
Mardi 21 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	16h00	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Qi Gong	60min	salle 311
Mercredi 22 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
Jeudi 23 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Méditation en mouvement	60min	salle 311
Vendredi 24 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception



BIO & SPA HOTEL

Programme de nos activités bien-être La Clairière
La Clairière Well-being activities program
Programme sous réserve de modification

La Clairière vous informe que les séances sont susceptibles d'être annulées si nous n'avons pas d'inscription

La participation aux activités est payante, sauf si celle-ci est comprise dans votre forfait

	17h30	Qi Gong	60min	salle 311
Samedi 25 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	16h00	Tai Chi	60min	salle 311
	18h30	Qi Gong	60min	salle 311
Dimanche 26 Mai	10h00	Méditation Zen	60min	salle 311
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
Lundi 27 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Tai Chi	60min	salle 311
Mardi 28 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Qi Gong	60min	salle 311



BIO & SPA HOTEL

Programme de nos activités bien-être La Clairière
La Clairière Well-being activities program
Programme sous réserve de modification

La Clairière vous informe que les séances sont susceptibles d'être annulées si nous n'avons pas d'inscription

La participation aux activités est payante, sauf si celle-ci est comprise dans votre forfait

Mercredi 29 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
Jeudi 30 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Méditation en mouvement	60min	salle 311
Vendredi 31 Mai	10h00	Marche active	60min	réception
	15h30	Marche sylvatique	90min	réception
	17h30	Qi Gong	60min	salle 311