

**Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :**

**Coordonnatrice :**  
Caroline PETITPRE  
[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)  
03. 21. 99. 34. 66  
06. 19. 10. 15. 83

**Secrétaire :**  
[secretariat.erc.littoral@gmail.com](mailto:secretariat.erc.littoral@gmail.com)  
03. 21. 99. 34. 65

**Boulogne-sur-mer**

**3 place Navarin**  
9h30-13h du Lundi au Samedi matin et  
14h-17h30 Lundi et Jeudi après midi

**Calais**

**CPAM Côte d'opale, 35 rue Descartes**  
9h-12h15 et 13h15-16h30 Mardi et Vendredi

**Berck**

**2 Rond-Point du Cottage des Dunes**  
9h-12h et 13h30-17h le Mercredi

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Boulogne Sur Mer</b>	<b>Calais</b>	<b>Berck</b>	<b>Boulogne Sur Mer</b>	<b>Calais</b>	<b>Boulogne Sur Mer</b>
<b>1</b> <b>Férié</b>	<b>2</b> <b>Sophrologie</b> 9h30 – 10h30 <b>Socio-esthétique</b> 14h – 15h30	<b>3</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>Activité Physique Adaptée (APA)</b> 9h30- 11h30	<b>4</b> <b>Sophrologie</b> 9h30 – 10h30 <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 14h – 16h	<b>5</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 9h30 – 11h30	<b>6</b> <b>Yoga</b> 10h – 11h30
<b>8</b> <b>Diététique</b> 10h – 12h	<b>9</b> <b>Diététique</b> 9h30 – 11h30	<b>10</b> <b>Diététique</b> 9h30 – 11h30 <b>Sophrologie</b> 14h – 15h	<b>11</b> <b>Sophrologie</b> 9h30 – 10h30 <b>Socio-esthétique</b> 14h – 16h	<b>12</b> <b>Yoga</b> 10h – 11h30 <b>Socio-esthétique</b> 14h – 15h30	<b>13</b>
<b>15</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 9h30 – 11h30 <b>Yoga</b> 14h – 15h30	<b>16</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 9h30 – 11h30 <b>Sophrologie</b> 14h30 – 15h30	<b>17</b> <b>Socio-esthétique</b> 9h30 – 11h30	<b>18</b> <b>Estime de soi</b> 9h – 12h	<b>19</b> <b>Yoga</b> 10h – 11h30 <b>Estime de soi</b> 13h – 15h	<b>20</b> <b>Socio-esthétique</b> 10h – 11h30
<b>22</b> <b>Sophrologie</b> 9h30 – 11h30 <b>Diététique</b> 14h – 16h	<b>23</b> <b>Diététique</b> 9h30 – 11h30	<b>24</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 9h30 – 11h30 <b>Yoga</b> 14h30 – 16h	<b>25</b> <b>Socio-esthétique</b> 9h30 – 11h30 <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 14h – 16h	<b>26</b> <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 9h30 – 11h30	<b>27</b> <b>Sophrologie</b> 10h – 11h30
<b>29</b> <b>Yoga</b> 10h – 11h30 <b>Marche Nordique</b> ou <b>APA</b> 14h – 16h	<b>30</b> <b>Sophrologie</b> 9h30 – 10h30 <b>Socio-esthétique</b> 14h – 15h30				