

Du 06 au 26  
Mars 2023

# Bien-être

## Programme des animations GRATUITES!

MERCREDI 8 MARS



À PARTIR  
DE 9H00

Journée de la femme  
Distribution de rose en galerie

MARDI 14 MARS



À PARTIR  
DE 14H30

Atelier « Création d'une eau  
de parfum sur mesure »  
Avec la CAHEB  
Gratuit - Sur inscription

MERCREDI 22 MARS



14H00  
14H45

Cours de Yoga Parents / Enfants  
Avec Delphine DROUIN  
Gratuit - Sur inscription \*

MERCREDI 8 MARS



17H30  
18H30

Cours de Zumba Parents / Enfants  
Avec KeepCool Réunion  
Gratuit - Sur inscription \*

MERCREDI 15 MARS



09H00  
18H00

Coaching avec NATHALIE TREB'ELLE  
Coach de vie & Guide de bain de forêt  
Séance offerte

MERCREDI 22 MARS



17H30  
18H30

Cours de Zumba Parents / Enfants  
Avec KeepCool Réunion  
Gratuit - Sur inscription \*

SAMEDI 11 MARS



09H30  
12H30

Séance de massage sur fauteuil  
Avec ZEN DÉTENTE  
Gratuit - Sans inscription

MERCREDI 15 MARS



09H30  
12H30

Séance de massage sur fauteuil  
Avec ZEN DÉTENTE  
Gratuit - Sans inscription

VENDREDI 24 MARS



15H00  
17H00

Atelier marmailles spécial « Bien-être »  
Gratuit - Sur inscription \*

SAMEDI 11 MARS



14H30  
17H30

Séance de massage  
Avec l'Association M.E.R  
Gratuit - Sans inscription

MERCREDI 15 MARS



14H00  
18H00

Séance de réflexologie plantaire  
Au coeur de soi, avec Angélique MAUGER  
Gratuit - Sans inscription

SAMEDI 25 MARS

TOUTE LA JOURNÉE

La grande rencontre E-Leclerc  
Journée portes-ouvertes de l'emploi / Job dating

VENDREDI 17 MARS



17H00  
17H30

Conférence digitale sur la respiration  
Page Facebook : centre commercial E-Leclerc Le  
Portail  
Gratuit - Sans inscription

SAMEDI 18 MARS



14H30  
17H30

Séance de massage  
Avec l'Association M.E.R  
Gratuit - Sans inscription

SAMEDI 18 MARS



15H00  
18H00

Atelier créatif Marmailles  
Gratuit - Sans inscription



Inscriptions & informations  
sur [www.le-portail.re](http://www.le-portail.re)

\* Ateliers sur inscription



[le-portail.re](http://le-portail.re)

**Leportail**  
CENTRE COMMERCIAL  
**E.Leclerc**