

# A.R.B.I.A / Atelier bien-être

Samedi 4 octobre 2025 de 10h à 11h30

L' A.R.B.I.A (Association Relaxation & Bien Etre de L'Isle-Adam) propose des ateliers bien-être



- 4 octobre 2025 : musique des plantes
- 6 novembre 2025 : do-in
- 6 décembre 2025 : yoga sur chaise

## Coordonnées

Maison de la Faisanderie  
Avenue Paul Thoureau  
95290  
L'Isle-Adam  
Infos pratiques

Places limitées

Documents  
[Planning ateliers bien-être](#)  
Liens utiles  
[Arbia](#)  
Contact

Inscription obligatoire et renseignements :

[arbia2010@orange.fr](mailto:arbia2010@orange.fr)

06 85 99 99 99