

## l'actualité

[ brèves de ville ] [La Rochelle : une rentrée en pleine forme !](#)

[INDEX](#) [?](#) [XML](#)



### [ brèves de ville ] [La Rochelle : une rentrée en pleine forme !](#)

**Prendre soin de soi. Adoucir son emploi du temps. S'arrêter pour une parenthèse de bien-être chez Amao. Faire rimer sport et harmonie en travaillant avec un coach sportif. Bouger à son rythme ? Découvrez le nouveau parcours de santé du Parc de Villeneuve. Des bijoux au Drugstore, des cadres chez Lina Bonnet... Trouver du temps pour faire soi-même ce que l'on aime. S'évader en visitant le pavillon des îles des Caraïbes de l'Est au Grand Pavois et la semaine commerciale de l'artisanat d'Essaouira à l'Hôtel de Ville... Profiter de la rentrée pour composer un nouveau rythme de vie anti-stress ! Et le petit carnet d'adresses de la semaine...**

photo : ubacto - Lina Bonnet chez Cadres et Loisirs, septembre 2005

#### **Nouveau concept : "l'encadrement à la carte"**

Lina Bonnet, charmante artisan-encadreur d'origine italienne vient de s'implanter dans le bâtiment F1 de l'hôtel d'entreprises artisanales de Périgny. Elle y a installé son atelier où elle réalise des travaux sur mesure ainsi qu'un espace de vente de fournitures. Dans ce vaste hall façon loft, un programme de cours est aussi proposé, pour l'encadrement et d'autres loisirs créatifs.

Plus originale : la formule "d'encadrement à la carte" qui permet d'utiliser les machines professionnelles de l'atelier. Basée sur une cotisation annuelle qui comprend une heure de formation pour la prise en main des outils en toute sécurité, elle est aussi économique. Idéal pour les amateurs comme les artistes qui disposent ainsi d'un environnement pro pour leurs travaux !

*Cadres et Loisirs. Hôtel d'entreprises artisanales Bat. F1, rue André Ampère à Périgny.  
Contact : 05 46 45 49 81.*

### Participez !

[Forums La Rochelle](#)

### Liens partenaires

[Mairie de La Rochelle](#)

[Agglomération de La Rochelle](#)

[CCI La Rochelle](#)

### Les adresses

[Cinéma La Rochelle](#)

[Restaurant La Rochelle](#)

### La Rochelle par email

[Recevoir la lettre abonnés](#)

[Toutes les lettres abonnés](#)



[ [Festiv'art, 17 sept 05](#) ]

### l'actualité

[ brèves de ville ] [La Rochelle : une rentrée en pleine forme !](#)

[ affiches et flyers ] [Ce week-end à La Rochelle](#)

[ initiative ] [Deux filles de La Rochelle au Trophée Roses des Sables](#)

[ brèves de quai ] [La Rochelle à](#)