

ATELIERS DE SOPHROLOGIE

*Cultivez votre bien-être au quotidien
avec la sophrologie*

Offrez-vous une parenthèse de détente pour relâcher
les tensions, mieux gérer vos émotions et retrouver
calme et sérénité.

Informations pratiques

 **Lieu :** Bibliothèque de Saint-Haon (43)

 **Horaires :**
À 18h00 (durée : environ 1 heure)

 **Tarif :** 10 € par séance

*Respirez...
Prenez du temps
pour vous...*




Calendrier des séances

-  Jeudi 24 septembre
-  Jeudi 15 octobre
-  Jeudi 5 novembre
-  Jeudi 19 novembre
-  Jeudi 3 décembre
-  Jeudi 17 décembre



Inscriptions et renseignements :

 Téléphone : 06 04 13 62 21

 E-mail :
stephbulledecarme@gmail.com


Stéphanie

votre sophrologue bienveillante 