

SOPHRO BALADE

départ de
Perrigny

dimanche
13 avril
10h-12h

Des techniques de sophrologie
pratiquées lors d'une promenade

- * utilisation de la respiration
- * conscience du corps, du mouvement
- * perceptions sensorielles et motrices
- * lâcher-prise, mieux-être, retour au calme dans un environnement naturel

tarif : **12 €** / personne
infos et inscriptions (au plus tard la veille)
06.83.48.41.94.
Florence Girault
sophrologue Caycédiennne

