

Rejoignez-nous
sur facebook



devient



SOPHROLOGIE

Cycle de 10 séances

Les mercredis 15, 22, 29 mai ;
05, 12, 19, 26 juin ;
03, 10, 17 juillet de 10h à 11h15

**Salle n° 5 dans l'ancien tribunal
17 rue Rogg-Haas à Sierentz**

Par Magalie CROCQ
Sophrologue existentielle



La Sophrologie Existentielle est une méthode de Relaxation Dynamique qui active le corps et l'esprit. Elle consiste en un ensemble de technique de respiration, de mouvements corporels, de décontraction musculaire et de visualisation de pensées.

TARIF : Pris en charge par la Conférence des Financeurs

Renseignements et inscription **OBLIGATOIRE**
auprès de la Mairie de Sierentz
Par téléphone : 03 89 81 51 11