

SOPHROLOGIE



Contact :
Karelle BRUAUX (Sophrologue)
06 18 98 63 93
sophroproville@outlook.fr

Modalités d'inscription : Auprès de
l'association directement sur place

Séances via internet (prendre
contact avec la sophrologue pour
les modalités)

Pratique en groupe de la sophrologie sur différents thèmes tels que
la gestion du stress, l'amélioration du sommeil, la confiance en soi...

Jours	Horaires	Catégories	Lieu	Cotisations
lundi	10h - 11h	adultes	La Rose des Vents	Adhésion à l'asso : 10 € puis 5 € la séance
jeudi	18h - 19h	adultes	La salle bleue	

DÉTENTE