



Atelier Sophrologie

SAINT-PIERRE-LE-CHASTEL

Mairie, salle du rez-de-chaussée

Ces séances vous proposeront une relaxation dynamique adaptée et une sophro-nisation permettant à chacun de se relaxer, lâcher prise, se détendre.

Un partage en fin de séance permettra à chacun de verbaliser son ressenti.

Séances animées par Valérie MAZATAUD

14h00-15h00

Mardi 25 Février 2025	Mardi 29 Avril 2025
Mardi 4 Mars 2025	Mardi 13 Mai 2025
Mardi 18 Mars 2025	Mardi 27 Mai 2025
Mardi 1er Avril 2025	Mardi 10 Juin 2025
Mardi 15 Avril 2025	Mardi 24 Juin 2025

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

