

# SOPHROLOGIE DYNAMIQUE & MEDITATION

Intelligence émotionnelle ✓

Estime de soi ✓

Affirmation de soi ✓

Meilleur sommeil ✓

Réduction du stress ✓

Relations apaisées ✓

Confiance en soi ✓

Confiance en la vie ✓



En savoir +

Ateliers hebdomadaires d'1h30, à partir du

- Mardi 9/09 à 18h, Salle des fêtes du Vanneau-Irleau
- Jeudi 11/09 à 19h30, Mairie de Sansais

1ère soirée offerte, sans engagement

Inscription



Tarifs

- 16 € par séance

Abonnements

- Trimestriels : 14€ la séance
- Annuel : 12 € la séance

Ludovic Bourgois

☎ 0649207641

