



SOPHROLOGIE

vendredi - 9h00/10h00

vendredi - 10h00/11h00

Chaque semaine, des pratiques issues de la sophrologie, du do-in (automassages) et de la méditation permettent de réguler son stress, prendre du recul, s'apaiser, améliorer son sommeil et retrouver un équilibre global. Très doux et accessible à tou·te·s.

QUOTIENT	TARIFS
0 - 400	129 €
401 - 800	150 €
801 - 1200	172 €
1201 - 1600	194 €
1601 - 2000	204 €
2001 - ++	208 €