



SOPHROLOGIE

vendredi – 9h30/10h30

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.

Activité animée par Céline Satger.

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