



Pascale et Geneviève vous donnent rendez vous:

Le JEUDI 20 SEPTEMBRE à 20 H pour la reprise des séances de SOPHROLOGIE

Elles animent cet atelier depuis 4 ans

Venez les rejoindre nombreux, pour acquérir des outils simples permettant

De vous détendre

De retrouver un équilibre

De renforcer vos ressources

De gérer vos tensions corporelles et vos émotions

D'apprendre à vous déconnecter

D'acquérir une attitude plus sereine et positive

De gagner en efficacité

De vous préparer à passer vos examens...

De développer votre mieux être au quotidien ... **Contact Dominique 06/82/60/80/17**

LIEU MAIRIE DE HON HERGIES Rue Gaston Génarte

Le 20 SEPTEMBRE

Le 4 et le 18 OCTOBRE

Le 8 et le 22 NOVEMBRE

Le 6 et le 20 DECEMBRE 2018

Pour l'année 2019

JANVIER 10 ET 24

FEVRIER 7 ET 28

MARS 14 ET 28

AVRIL 4 ET 25

MAI 16 ET LE 23

JUIN 6 ET LE 20

& lors du mois de JUIN une SOPHRO RANDO à Hon Hergies sera programmée.

Prix 10 euros /séance

Page Facebook : Mieux Etre En Sambre