

Atelier SOPHROLOGIE



Consultation sur rendez-vous

**Samedi matin
9h30-11h**

Possibilité de séance individuelle ou en groupe

La Sophrologie Caycédienne permet

**la recherche d'un équilibre,
une harmonie et une maîtrise du Corps et de l'Esprit**

C'est l'étude de la conscience et la conquête des valeurs de l'être.

**Son objectif est d'aider à renforcer les aptitudes et valeurs positives
au quotidien dans le champs professionnel et personnel
ainsi que de développer les capacités de gestion du stress et des
émotions négatives.**



GRATUIT

Renseignements :

www.sophrologie-sarritzu.fr

06 11 70 21 06