

Week-end de sophrologie à Saint-Malo **les 29 et 30 juin 2019**



Ce week-end est ouvert à toute personne même débutante.

Les horaires, le contenu des séances et le lieu pourront être modifiés selon le temps et le nombre d'inscrits.

Les séances se feront dans une salle intra-muros.

En cas de beau temps, les séances du matin se feront sur la plage.

Programme :

Samedi

- 10h à 12h : Sophrologie, marche contemplative, marche afghane
- 18h à 19h : Relaxation ou méditation active
-

Dimanche

- 10h à 12h : Sophrologie, marche contemplative, marche afghane

Le lieu du rendez-vous sera communiqué la veille.

Prix pour les cours : 50€ par personne

Le transport, l'hébergement et les repas sont à votre charge.

*Inscription auprès de Barbara au 06 15 42 57 90 ou barbaraboutet95@gmail.com
www.barbara-boutet-sophro-energeticienne.fr*