



Stage SOPHROLOGIE

Le sommeil

Samedi 4 juin - 10h/11h30

Animé par Géraldine ISSAUTIER



- Tarif Adhérent : 6 €
+ 3€ pour les non adhérents

Afin de trouver votre sommeil plus facilement, la sophrologie vous donne quelques astuces pour vous aider à dormir ! N'oubliez pas un tapis de sol, coussin et plaid !

Inscriptions avant le 1^{er} juin 2022