



Un temps
de pause

SOPHROLOGIE

Santé et Bien-être Seniors

Les séances commenceront le mardi **14 septembre 2021**
en salle carrelée de **11H00 à 12H00**.

Tarif : 30 euros le trimestre.

Vous vous engagez à participer à chaque séance.

Aucune déduction ne sera faite en cas d'absence.

Les séances non effectuées seront remboursées uniquement sur
justificatif médical.

Venez prendre du temps pour vous ressourcer, vous détendre et
évacuer le stress....

Méthode utilisant des exercices adaptables combinant la respiration et
des gestions simples.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION EN MAIRIE : 04.74.90.76.01

Places limitées

Je m'engage à participer aux séances de l'activité Sophrologie

Nom : Prénom :

Tél : Mail :

Signature