



## INFORMATIONS



**MUNSTER** Salle des Fêtes de Munster  
(Salle des Fêtes)



Début le jeudi 12 septembre 2019



**DURÉE** : 01:00

**Prix** : **264.00 €**

**PROFILS** :

**PRE REQUIS** : Aucuns pré-requis

**MATERIEL** : Aucun

**CODE ACTIVITÉ** : 4MN375

## DESCRIPTION

Séances articulées autour de thèmes aidant à se sentir bien dans son quotidien, grâce à un moment d'échanges puis de la respiration et une visualisation positive.

Matériel nécessaire : 1 tapis et si vous le souhaitez, 1 coussin et 1 plaid.



# Sophrologie - Relaxation



Mme À DÉFINIR À Définir

## OBJECTIFS

Accompagner vers le mieux-être et le bien-être.

## SÉANCES

