



INFORMATIONS



MOLSHEIM Château de Dorlisheim



Début le lundi 16 septembre 2019



DURÉE : 01:00

Prix : **173.00 €**

PROFILS : Sophrologue Thérapeute psycho corporel et familial

PRE REQUIS :

Accessible à toutes celles et ceux qui ont l'envie d'apprendre à se détendre et qui croient en leurs propres capacités pour y arriver

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MO377

DESCRIPTION

Exercices physiques debout,assis ou allongés,les yeux fermés, associés à la respiration,avec des mouvements simples accompagnés par ma voix (associée ou non à des sons naturels)



OBJECTIFS

Aquérir des savoirs faire spécifiques à la détente pour les utiliser soi-même dans le quotidien et bénéficier de leurs effets à court et à long terme

Pédagogie d'apprentissage par l'expérience

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	16-09-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	23-09-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	30-09-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	07-10-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	14-10-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	21-10-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	28-10-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	04-11-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	11-11-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	18-11-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	25-11-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	02-12-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	09-12-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	16-12-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	23-12-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	30-12-2019	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	06-01-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	13-01-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	20-01-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	27-01-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	03-02-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	10-02-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	17-02-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	24-02-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM
Lundi	02-03-2020	18:20	01:00	Château de Dorlisheim, 105 Grand Rue - 67120 DORLISHEIM