

Sophrologie en groupe à Préverenges 2019

Méthode de relaxation dynamique qui permet de prendre conscience de soi, de sa respiration, harmoniser corps - esprit, mieux gérer son stress, ses émotions, renforcer la confiance en soi, développer une attitude positive au quotidien



Enfants - Ados

Mercredi

16h-17h

23 janvier

13 février

20 mars

1 mai

22 mai

19 juin

Parents & Enfants

Dimanche

10h-11h

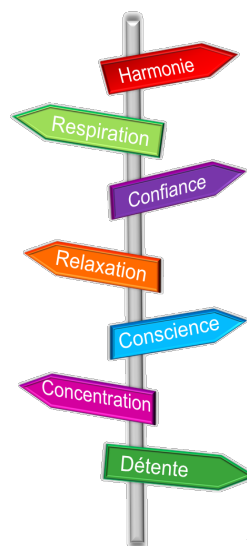
13 janvier

10 février

10 mars

12 mai

9 juin



Adultes

Lundi

14h15 - 15h30

7 janvier

4 février

4 mars

8 avril

13 mai

3 juin

Adultes

Mercredi

17h30 - 18h45

23 janvier

13 février

20 mars

1 mai

22 mai

19 juin

Les séances sont prises en charge par l'assurance complémentaire

Tarifs : Abonnement 6 séances Enfants - Ados : 120.-
A la carte séance 25,-

Abonnement 5 séances Parents & Enfants 125,- / 1 séance 30,-
Abonnement 6 séances Adulte 150.- A la carte 1 séance 30,-

Espace Yoga latitude - Rue de Lausanne 21, 1028 Préverenges - parking gratuit

Infos et inscriptions: Nathalie Besson, 079 360 94 84 ou sophrologie.nb@gmail.com

www.sophrologie-natbesson.ch