

Sophro-Relaxation



Tous les **vendredis** à PORT MORT de **18H30 à 20H45**
Salle à la « **Maison du village** »

La « **nouvelle sophrologie** » de groupe qui vous apportera
légèreté, joie, vitalité et **renforcera votre mental**.

De nombreux changements bénéfiques
pour votre santé et votre mental.
Ça ne peut pas, ne pas vous arriver !

C'est la **voie royale de l'harmonie**
dans votre tête, dans vos émotions et dans votre corps.

1 séance « découverte » gratuite - 7€ / séance
Abonnements : 50 € / 3 mois, ou 120 € à l'année.
+ Cotisation ALPM

La détente est suivie d'un atelier
qui vous sensibilisera au meilleur de vous-même,
dans une pratique personnelle **quotidienne** d'« **éveil** »,
vers **plus de Vie dans votre vie**.

Renseignements ou autres **villes proches** :
<http://detente-vitalite.boosterlavie.com/>

ou ☎ **06 69 70 64 00**

(*ALPM : Association des Loisirs de PORT-MORT)