# Atelier sophrologie

4 mai et 25 mai

© Pierrelaye

La sophrologie permet de se ressourcer et de favoriser la concentration par le biais de la respiration, de postures et de médiatation.

Le lieu de l'atelier vous sera communiqué lors de votre inscription.

Date
Samedi 4 mai, 10:00 - 11:00
Samedi 25 mai, 10:00 - 11:00
Infos pratiques

Atelier bien-être **à partir de 18 ans.**

**GRATUIT.**

Contact

**INSCRIPTIONS** auprès du centre social Les Marronniers

42 bis rue Victor Hugo (bâtiment situé derrière la mairie)

**Tél : 01 34 32 41 90**

**Attention : places limitées**