



Sophrologie

**Tous les jeudis à Terres de France
Résidence Côté Provence - Gréoux-les-Bains**

Séances collectives de Juillet 2024 :

(chaque séance comprend un temps de relaxation)

- 04/07 : « Relaxation »
- 11/07 : « Améliorer son sommeil »
- 18/07 : « Apaiser la douleur »
- 25/07 : « Gestion du stress et lâcher-prise »

Horaires : 16h-17h

Tarif : 10 euros

Renseignements et inscription :

Frédérique : 06.74.75.61.26

