Séance de sophrologie / Zic en Herbe

Dimanche 21 janvier, dès 11 heures

Une nouvelle **séance de sophrologie** vous est proposée par l'association musicale **Zic en Herbe** le **dimanche 21 janvier** au Pôle Blaise Pascal, de 11h00 à 12h30 *(salle Myriam Makeba)*.



Le thème de cette séance est : **« apprendre à mieux respirer, pour se dynamiser ou s'apaiser».**

Pour rappel, cet atelier s'adresse à tous. Vous pouvez venir avec parents et/ou amis, il n'est pas obligatoire d'être adhérent à l'association Zic en Herbe pour participer.

Bonne semaine, et à bientôt !

L'équipe de Zic en Herbe

Infos pratiques

L'inscription n'est pas obligatoire, mais plutôt conseillée afin que notre animatrice, Muriel, puisse s'organiser au mieux.

Le prix de la séance est de **10 €.**

Le règlement se fait sur place *(espèces, chèques bancaires ou chèques vacances)*

Liens utiles
Site de l'association musicale Zic en Herbe
Contact

Pour l'inscription, ou des renseignements complémentaires, veuillez vous rendre sur la page de notre site suivante :

https://www.zic-en-herbe.fr/atelier-de-sophrologie/