Séance de sophrologie / Zic en Herbe

Dimanche 9 mars à 11 heures

Une nouvelle séance de sophrologie vous est proposée par l'association musicale Zic en Herbe le **dimanche 9 mars 2025** au Pôle Musical Blaise Pascal, de **11h00 à 12h30** *(salle Myriam Makeba)*.

Le thème de cette séance est : **« apprendre à mieux respirer pour améliorer son jeu, et se calmer ou se dynamiser dans la vie »**.

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.

Coordonnées

Pôle musical et associatif Blaise Pascal
23 rue des Ecoles Jean Baudin
78114
Magny-les-Hameaux
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 euros**.

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

Liens utiles
Site de l'association Zic en Herbe
Contact

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

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