# Séance de sophrologie / Zic en Herbe

Dimanche 10 décembre, dès 11 heures

Une nouvelle **séance de sophrologie** vous est proposée par l'association musicale **Zic en Herbe** le **dimanche 10 décembre** au Pôle Blaise Pascal, de 11h00 à 12h30 *(salle Myriam Makeba)*.




Le thème de cette séance est : « développer le calme en soi face à toutes les pressions de 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.

A bientôt !

## Coordonnées

Pôle musical et associatif Blaise Pascal
Rue des Écoles 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 €.***

***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/***