# Séance de sophrologie / Zic en Herbe

Dimanche 4 février, dès 11 heures

Une nouvelle séance de sophrologie vous est proposée par l'association musicale **Zic en Herbe** le **dimanche 4 février 2024** au Pôle Musical Blaise Pascal, de 11h00 à 12h30 *(salle Myriam Makeba)*.

Le thème de cette séance est : **« accroître le lâcher-prise »**.

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.

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 musicale 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/***