# Séance de sophrologie / Zic en Herbe

Dimanche 3 mars, dès 11 heures

Une nouvelle séance de sophrologie vous est proposée par l'association musicale **Zic en Herbe** le **dimanche 3 mars 2024** au Pôle Musical Blaise Pascal, de 11h00 à 12h30 *(salle Myriam Makeba)*.

Le thème de cette séance est : **« améliorer son sommeil ».**

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 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/***