



# Atelier Sophrologie

## MONTEL-DE-GELAT

### Salle des Fêtes

Ces séances vous apporteront divers outils et exercices pratiques de respiration, mouvements corporels, que vous pourrez mobiliser dans votre quotidien afin de retrouver un mieux être de façon autonome.

Séances animées par Marie PATZOUENKOFF

14h30-15h30

	<b>Lundi 24 Juin 2024</b>
<b>Lundi 27 Mai 2024</b>	<b>Lundi 1er Juillet 2024</b>
<b>Lundi 3 Juin 2024</b>	<b>Lundi 8 Juillet 2024</b>
<b>Lundi 10 Juin 2024</b>	<b>Lundi 15 Juillet 2024</b>
<b>Lundi 17 Juin 2024</b>	<b>Lundi 22 Juillet 2024</b>

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

