



# Atelier Sophrologie

## VERGHEAS

### Mairie

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 PATZOUREKOFF

14h30-15h30

<b>Vendredi 13 Septembre 2024</b>	<b>Vendredi 18 Octobre 2024</b>
<b>Vendredi 20 Septembre 2024</b>	<b>Vendredi 25 Octobre 2024</b>
<b>Vendredi 27 Septembre 2024</b>	<b>Vendredi 8 Novembre 2024</b>
<b>Vendredi 4 Octobre 2024</b>	<b>Vendredi 15 Novembre 2024</b>
<b>Vendredi 11 Octobre 2024</b>	<b>Vendredi 22 Novembre 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.

