

Saison 4 2022/2023

SOPHROLOGIE - RELAXOLOGIE - YOGA NIDRA - RELAXATION DYNAMIQUE D'OSHO

Retrouvez tous les ateliers qui vous sont proposés, pour un bien-être global, booster vos ressources, débrancher le mental, apporter un regain d'énergie, se concentrer, se reconnecter profondément avec Soi



COURS COLLECTIFS SOPHROLOGIES ET RELAXOLOGIE

- + Les lundis de 18h15 à 19h45 à partir du 12 septembre
- + Les mercredis de 15h30 à 17h00 et de 18h30 à 19h45 à partir du 14 septembre

COURS COLLECTIFS YOGA NIDRA & MEDITATION

- + Les jeudis de 18h00 à 19h45 (semaines paires) à partir du 8 septembre (groupe fermé)
- + Les débutants les vendredis de 17h30 à 19h00 (semaines paires) à partir du 9 septembre
- + Ateliers découvertes un samedi par mois de 10h00 à 12h00

Ateliers animés par Mme Claude CORMY
Sophrologue - Relaxologue
- Praticienne Yoga Nidra

- + 17 septembre
- + 15 octobre
- + 19 novembre

Les Sources du Bien-Etre
98 Bd des Alliés 70000 VESOUL

Inscription par Email
claudecormy@gmail.com

Tel : **06 66 15 88 02**

RELAXATION DYNAMIQUE D'OSHO

Les samedis de 10h à 12h30

- + 1^{er} octobre
- + 3 décembre

