



Nouveau à Maizet



ophrologie

Activité pour Adultes



Séance découverte et Inscription

Le mardi 13 septembre à 18h30

Salle de la mairie



- 🔥 Présence à soi
- 💧 Respirez
- 🔥 Relaxation dynamique
- 🌱 Ajustement des émotions
- 💧 Contrôle du stress
- 💧 Gestion de la douleur
- 🔥 Améliorer son sommeil

- Confiance en soi
- Calme, détente
- Relâchement, lâcher-prise
- libérer les tensions
- Ancrer le positif
- Soulagement, Bien-être
- Récupération, concentration



Patricia PARCEAU

Entreprise Individuelle

A Corps D Sens

Tél : 06 17 79 05 07

Mél : acorpsdsens14@gmail.com

LinkedIn : [a-corps-d-sens](https://www.linkedin.com/company/a-corps-d-sens)

ophrologue

