ASSOCIATION JOIES ET LOISIRS Saint Martin sur le Pré

BULLETIN D'INSCRIPTION SOPHROLOGIE

JOIES ET LOISIRS 2020-2021

Ces séances sont animées par Mme Célia Larget Hérault, sophrologue certifiée de l'école Caycédienne de Reims.
La sophrologie est une méthode d'entrainement à des exercices de relaxation et/ou d'activation du corps et de l'esprit.
Les bienfaits sont nombreux : un équilibrage émotionnel, une harmonisation entre le corps et le mental, retrouver détente et sérénité ou au contraire énergie et vitalité, meilleure qualité de sommeil, meilleure gestion de la douleur, amélioration de la concentration et de la mémorisation.
Les cours ont lieu toutes les 3 semaines soit 12 séances de septembre 20 à juin 21.
Calendrier :
11 septembre (séance découverte offerte) puis 2/10 - 23/10 - 13/11 - 4/12 2020
et 15/01 - 05/02 - 19/03 - 9/04 - 30/04 - 21/05 - 11/06 – 02/07 2021

NOM : ……PRENOM……Né(e) le . . . . /. . . . ../. . . . .

Adresse : ……

CP :……Ville :……

TEL:……

E-mail : Veuillez remplir lisiblement dans les cases (lettres et ponctuations) afin de recevoir chez vous votre licence.

| | | |