

Se détendre et rire à Courcy

L'Amicale Mermoz vous propose

La Sophro - Relaxation

Une "pause dans l'agitation" pour souffler, prendre soin de vous

Reprise des cours le 9 septembre

Le Yoga du rire

Passer un bon moment ensemble, booster la bonne humeur

1ère séance le 30 septembre

Par
quinzaine

1 x par
mois

Le Jeudi à 20H30 Salle
Camille Claudel

Séance découverte
offerte : apporter
un tapis et un plaid

Infos / Inscriptions :

Sabine Guerbette

06 70 84 40 51

Sophrologue Diplômée
École de Sophrologie du Nord Est
Titre RNCP
Diplômée de l'Institut français du
Yoga du rire