



Ateliers Bien-être

SAMEDI 14 MAI 2022
DE 13H15 À 18H30

YOGA SUR CHAISE ET SOPHROLOGIE

installer le positif dans le corps
13H30-14H30

YOGA DU RIRE

Spécial festival de Cannes
14H45-15H45

SOPHRO-CHOCOLAT

Jouer avec vos sens
16H00-17H00

AUTOMASSAGE

Eveiller votre vitalité
17H15-18H15



FOYER RURAL
18 Rue des Écoles
95800 courdimanche

Pré-inscription obligatoire

10€ : 1 atelier / 35€ : 4 ateliers

Les ateliers sont animés par
l'association Bien à soi

06 86 76 46 42

bienaso95@gmail.com

www.bienaso.fr

Facebook : Bien à soi

