BIEN À SOI

Dimanche
12/06/22

10 h 15 - 12 h 15

TARIF 25 EUROS

Paiement sur place

A l'occasion de la journée du bien être
l'Association bien à soi
vous propose un atelier zen en nature

Au programme

- **Marche en pleine conscience associant les 5 sens**
- **Yoga du visage**
- **Yoga-sophrologie - thème le bien être**
- **Méditation guidée de l'arbre**

A 10 h 00 rdv sur le parking
situé entre la rue des écoles et rue de la ferme
direction le château de Boisemont

En forêt de Boisemont (95)

Pré-Inscription obligatoire
(Nombre limité de participants à 12)
Tél : 06 86 76 46 42
bienasoi95@gmail.com
Facebook bien a soi
bienasoi.fr

SOPHROLOGUE-RELAXOLOGUE
PROFESSEURE DE YOGA

Association bien à soi : déclarée en préfecture le 08 janvier 2020 sous le n° W9553011679 – 95800 Courdimanche