

Le 10/08/2022

de 19H30 à 21H00

Sg relaxation

propose

Atelier sophrologie relaxation

Contact organisateur

Tel. : 0637074766

Email : gr.sylvie@yahoo.fr

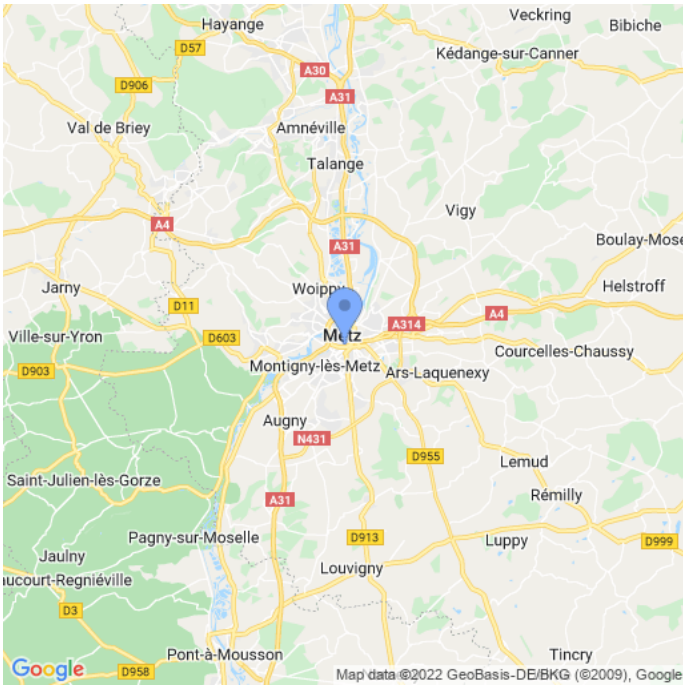
Adresse de l'événement

Sg relaxation
10 EN CHANDELLERUE
57000 METZ

**Conseil : pensez à contacter l'organisateur pour savoir si l'événement
est toujours d'actualité avant de vous y rendre et pour réserver si besoin.**

Description

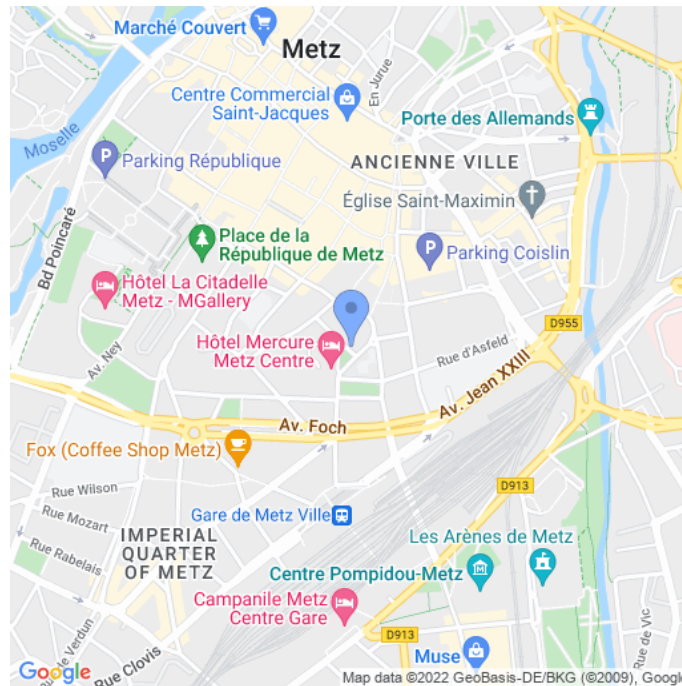
Méthode anti-stress par excellence, apprenez avec la sophrologie à vous détendre, prendre du recul, profiter de l'instant présent, évacuer les émotions négatives, retrouver le sommeil, renforcer la confiance en soi ou se préparer mentalement à un évènement



Carte : zoom 1



Carte : zoom 2



Carte : zoom 3