

ATELIER

## SOPHRO KIDS

La sophrologie pour les enfants  
6 à 11 ans



**Tous les lundis**

(Hors vacances scolaires)

**17h à 18h**

**À la Villa Pagnon**

**À partir du lundi 16 septembre**

8 rue de Bellevue Romans sur Isère

**TARIFS 2019/2020**

**1<sup>er</sup> Cycle** (septembre à décembre) **77€**

**2em Cycle** (Janvier à avril) **84€**

+20€ adhésion association

Renforce la conscience de son corps, de ses sensations, de ses 5 sens, de sa présence au monde

Améliore la communication

Apprendre à se servir de sa respiration pour se détendre, se calmer, gérer ses émotions, lâcher prise

Renforce la Confiance en soi

Développer une meilleure concentration, une capacité de mémorisation, une qualité de présence.

Renseignements et inscription

auprès de **GAËLLE JULLIEN**

Sophrologue :

**06.18.41.47.36**

concienciabienetre@gmail.com