

SOPHRO KIDS

La sophrologie pour les enfants



Renforce la conscience de ton corps, de tes sensations, de tes 5 sens et de ta présence au monde.

Améliore ta communication.

Apprend à te servir de ta respiration pour te détendre, te calmer, gérer tes émotions et lâcher prise.

Renforce la Confiance en toi.

Développe une meilleure concentration, une capacité de mémorisation et une qualité de présence.

Les Lundis de 17H à 18H

(Hors vacances scolaire et jour férié)

VILLA PAGNON À ROMANS

Viens vivre des moments de jeux et de temps calme
pour te sentir mieux
dans ta tête, dans ton corps et dans ta vie.

Tarifs

Du 6 janvier au 15 juin 2020	19 séances	135€
------------------------------	------------	------

+ 20€ adhésion a l'association pour toute inscription

1 Séance d'essai gratuite