



Sophrologie

MENAT

Mairie—Salle des Mariages

Venez trouver des outils simples (respiration, mouvements dynamiques) que vous pourrez utiliser de façon autonome dans votre quotidien afin d'équilibrer votre corps physique, émotionnel et mental.

Lundi 19 Septembre 2022

Lundi 26 Septembre 2022

Lundi 3 Octobre 2022

Lundi 10 Octobre 2022

Lundi 17 Octobre 2022

14H30-16H30

**Participation gratuite/inscriptions au CLIC Riom
Limagne Combrailles au 04 73 33 17 64.**

