



Découverte de la Sophrologie

Parents, grands-parents, usagers, habitants de Ogy-Montoy-Flanville et environs..

L'association Sports, Loisirs et Culture de Ogy-Montoy-Flanville vous propose
des

Séances de sophrologie

Les lundis de 19h30 à 20h30 à partir du 13 janvier 2020

animées par Tilly CROISE, formée à l'Ecole de Sophrologie du Nord-Est.

*(Méthode visant à une harmonie du corps et du mental par des exercices
simples axés sur la respiration, des mouvements, des visualisations.)*

Nous vous proposons une première rencontre pour poser toutes vos questions
et pour vous inscrire (les places sont limitées) lors de la réunion d'information

le Lundi 06 janvier

A 19h30, dans la salle communale de Montoy Flanville



Contact : 06.74.23.45.26 – annette.guir@orange.fr