

# Sophro-Relaxation



Tous les **jeudis** à GAILLON de **18H00 à 19H15**  
Salle **2<sup>ème</sup>** étage au dessus de la ludothèque

La « **nouvelle sophrologie** » de groupe qui vous apportera  
**légèreté, joie, vitalité et renforcera votre mental.**

De nombreux changements bénéfiques  
pour votre santé et votre mental.

**Ça ne peut pas, ne pas vous arriver !**

C'est la **voie royale de l'harmonie**  
dans votre tête, dans vos émotions et dans votre corps.

**1 séance « découverte » gratuite - 7€ / séance**  
**Abonnements : 50 € / 3 mois, ou 130 € à l'année.**

La détente est suivie d'un atelier de réflexion  
qui vous sensibilisera au meilleur de vous-même,  
dans une pratique personnelle **quotidienne** d'« éveil »,  
vers **plus de Vie dans votre vie.**

Renseignements ou autres **villes proches** :  
<http://detente-vitalite.boosterlavie.com/>

ou  **06 69 70 64 00**