

Santé

La formule

Détente

Joie

du

Légèreté

Mieux-Être

## **Sophro-Relaxation + Énergie Vitale + Tradition**

- Si vous êtes trop souvent stressé(e) ou fatigué(e),
- Si votre mental reçoit trop d'informations ou de jugements négatifs,
- Si vous vous critiquez trop souvent négativement,
- Si vous ne pensez pas assez à vous-même,
- Si vous pensez qu'un état d'esprit joyeux et léger, est bon pour la santé,
- Si vous voulez renforcer votre vitalité,

Alors ces cours sont faits pour vous,  
et les techniques inédites que vous apprendrez,  
augmenteront votre vitalité et votre force mentale.

**À VERNON :** ➤ Les vendredis à 18H30  
➤ Cosywork - 39 rue Émile Steiner

**Aussi à GAILLON et SAINT-PIERRE LA GARENNE**

Pour toute info : <http://www.sophro-relaxation-vitale.fr>  
06 69 70 64 00

« Association Nouvel Horizon »