

GROUPES DE SOPHROLOGIE



✓ Vous avez envie de prendre conscience de vous-même et de votre propre corps ?
✓ Envie de « mieux-être » ?

✓ Stress ?
✓ Difficultés de sommeil ?
✓ Difficultés de concentration ?
✓ Difficultés à prendre du recul ?



Vous voulez apprendre à vous détendre dans une ambiance conviviale ?

Alors ces groupes vous sont destinés !!!!

séances données par Philippe Drabs et son équipe, certifiées par l'Ecole Belge de Sophrologie et de Relaxation

Lieu : Wépion

Horaire : à définir

Equipement : relax, ample – éventuelle couverture légère

Tarif : 15€ par séance hebdomadaire de 1h30 – durée env. 10 séances

Séance d'information sur demande

Inscription/renseignements via le site www.peppsbycoaching.be