

# Sophrologie en plein air

Séance découverte en

groupe.



Le mardi 28 juin 2022 à 19h

Tarif : 5 euros la séance  
d'1H30

Lieu : Étang du Guern



## Découverte au plus près de la nature

- 1/ retrouver la détente, la sérénité
- 2/ libérer les tensions naturellement
- 3/ se ressourcer avec la nature et ce qui l'entoure ( le chant des oiseaux...)

Information et réservation : Association de sophrologie de Talensac

Blandine Macé : co-présidente 07.82.90.44.51

Laurence Repessé : Sophrologue 06.32.70.14.95

