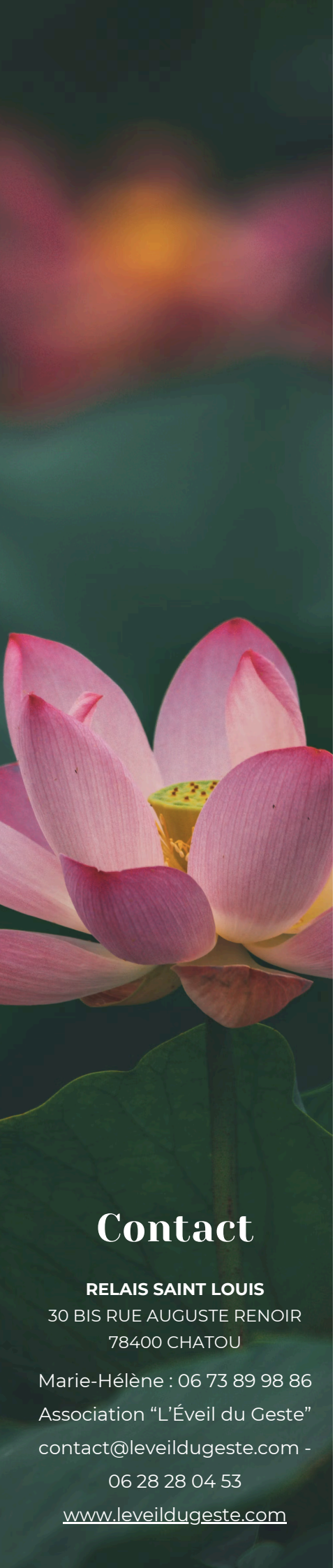


De la respiration —— à la relaxation

UNE FOIS PAR MOIS
DE 19H À 20H

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

15€ LA SÉANCE
20€ NON-ADHÉRENT

AVEC MARIE-HÉLÈNE PIZANO

Besoin de souffler, de se détendre, envie de se relaxer, faire une pause, prendre le temps...

Venez découvrir, pratiquer la relaxation près de chez vous.

Un moment pour libérer ses tensions musculaires et faire le calme en soi.

Retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit pour être bien au quotidien.

Dates

24 SEPTEMBRE 2026
8 OCTOBRE 2026
19 NOVEMBRE 2026
10 DÉCEMBRE 2026
14 JANVIER 2027
25 FÉVRIER 2027
18 MARS 2027
22 AVRIL 2027
20 MAI 2027
10 JUIN 2027

Contact

RELAIS SAINT LOUIS
30 BIS RUE AUGUSTE RENOIR
78400 CHATOU

Marie-Hélène : 06 73 89 98 86
Association "L'Éveil du Geste"
contact@leveildugeste.com - 06 28 28 04 53
www.leveildugeste.com