

TARIFS

Valérie BARBAT DU CLOSEL

propose des cours de sophrologie pour adultes

Méthode de relaxation dynamique, exercices de respiration, de décontraction musculaire et de visualisation afin d'activer tout son potentiel

* 5 cours à 40 euros

* 10 cours à 75 euros

+ 5 euros adhésion à MédiaCave

(Cartes en vente à la Médiathèque de Saint-Désert ou lors des cours)

HORAIRES

Cours tous les 15 jours

Début des cours :

vendredi 20 septembre 2019 de 18h30 à 19h30

Les cours auront lieu à la Cave de la Médiathèque

CONTACTS

Valérie BARBAT DU CLOSEL : 07.69.20.26.10 -
valmo71@hotmail.fr

Marie MOREY : 06.10.15.58.60 - mediacave.stdesert@gmail.com

MÉDIA CAVE ST-DÉSERT



Cultivons la
Sérénité
Avec la
SOPHROLOGIE

2019-2020

COUPON D'INSCRIPTION

A déposer dans la boîte aux lettres de la Médiathèque et/ou de la Mairie
ou envoyer par mail à : mediacave.stdesert@gmail.com

NOM :

Prénom :

Date de naissance :

Vos coordonnées :

Adresse :

☎ fixe :

Portable :

@ :