

2025 - 2026

Ateliers Bien-Être




26
SEPT

SOPHRO BALADE
18H45 À 20H GUYANCOURT



14
NOV

DANSE LÂCHER-PRISE
19H À 20H30 VOISINS LE BX



21
NOV

GESTION DU STRESS
19H À 20H15 VOISINS LE BX

05
DEC

ATELIER DE SOPHROLOGIE POUR SE RESSOURCER
18H45 À 20H VOISINS LE BX




12
DEC

DANSE LÂCHER-PRISE
19H À 20H30 VOISINS LE BX



13
FEV

INITIATION MODELAGE
18H30 À 21H30 VOISINS LE BX



13
MARS

POSTURE
18H45 À 20H15 VOISINS LE BX



27
MARS

SOMMEIL ET SOPHRO
18H45 À 20H VOISINS LE BX



10
AVRIL

INITIATION MODELAGE
18H30 À 21H30 VOISINS LE BX



29
MAI

SOPHRO BALADE
ALENTOURS DE VOISINS