

Programme

Programme des ateliers au Cabinet MA SO'FRO (de septembre 2021 à Décembre 2021)

Atelier Duo PARENT-ENFANT (5 - 12ans)

Durée : 1 h

Tarif : 40€ le Duo (matériel fourni)

Dates et Horaires :

Atelier ENFANTS (5 - 12ans / Max 2 enfants)

Durée : 1 h

Tarif : 20€ / enfant (matériel fourni)

Dates et Horaires :

Samedi 11 septembre 2021

Thème : je gère mes émotions

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 18 septembre 2021

Thème : j'apprends à bien respirer pour trouver mon sommeil

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 2 octobre 2021

Thème : je gère mes émotions

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 16 octobre 2021

Thème : je découvre la sophrologie

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 13 novembre 2021

Thème : je gère mes émotions

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 27 novembre 2021

Thème : je gère mon stress

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 4 décembre 2021

Thème : je gère mes émotions

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Samedi 11 décembre 2021

Thème : sérénité et sophrologie

- ✓ De 9h à 10h
- ✓ De 10h15 à 11h15
- ✓ De 11h30 à 12h30

Merci de réserver vos places en me contactant au 06 37 38 86 53
ou en m'envoyant un mail : me-courtois@masofro.fr