

Programme

Programme des ateliers au Cabinet MA SO'FRO (de septembre 2022 à décembre 2022)

Atelier ENFANT (5 - 12ans)

Maximum 2 personnes (un parent, un enfant ou 2 enfants)

Durée : 1 h

Tarif : 20€/personne (matériel fourni)

Dates et Horaires :

Samedi 10 septembre 2022

Thème : sommeil et sophrologie

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

Samedi 24 septembre 2022

Thème : je gère mes émotions

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

Samedi 1^{er} octobre 2022

Thème : je m'apaise avec la sophrologie

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

Samedi 22 octobre 2022

Thème : je gère mes émotions

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

Samedi 19 novembre 2022

Thème : sophrologie et concentration

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

Samedi 26 novembre 2022

Thème : je gère mes émotions

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

Samedi 10 décembre 2022

Thème : "j'allège mon esprit" avec la 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