

# Sophro - détente



Le mardi à partir du 20 septembre à 20h30

Ou

Le dimanche à partir du 18 septembre à 10h30

Venez découvrir la sophrologie et ses bienfaits :

- détente, bien être, calme, lâcher prise
- confiance et préparation à la maternité

Inscriptions et réservations au 06-08-06-50-66

Tarif : 15 euros la séance d'une heure - 3 personnes minimum

Hélène XUEREF - Sophrologue

19 rue de Crépy - 60440 NANTEUIL LE HAUDOUIN

[www.helenexuerefsofphrologue.com](http://www.helenexuerefsofphrologue.com) - Mail : [contact@helenexuerefsofphrologue.com](mailto:contact@helenexuerefsofphrologue.com)