

Stages de sophrologie 2015 /2016

Favoriser la confiance en soi
Gérer son stress et ses émotions



Pour les collégiens et lycéens

Les mercredis à 17h00 au 4, rue Mascara 44100 NANTES

Durée : 1 h à 1h30 selon le nombre de participants

Favoriser la confiance en soi

Collégiens : 18 Nov, 25 Nov, 2 Déc, 9 Déc, 16 Déc 2015

Lycéens : 6 Jan, 13 Jan, 20 Jan, 27 Jan, 3 Fév 2016

Gérer son stress et ses émotions

Collégiens : 2 Mars, 9 Mars, 16 Mars, 23 Mars, 30 Mars 2016

Lycéens : 27 Avr, 4 Mai, 11 Mai, 18 Mai, 25 Mai 2016

Tarifs

115 € adhérents AFEP

135 € pour les non adhérents

- Carnet de sophro et fichiers audio fournis pour l'entraînement.

Inscriptions & Renseignements

Christelle Robert

Sophrologue Caycédiennne

Tél. 06 63 14 45 50

crl.sophrologie@gmail.com

www.sophrologie-nantes-crl.com

