



Antenne Ille et Vilaine

Séances de Sophrologie pour Adultes

Animées par Muriel GAUDIN, sophrologue

Des séances de sophrologie sont proposées pour favoriser, entre autre, la libération des tensions afin de mieux gérer ses émotions et de potentialiser ses capacités.

Sur 6 séances progressives,

A l'aide de techniques dynamiques, **vous gagnerez en confiance**, en **estime de soi et en créativité**. Les exercices sont simples et chacun pourra s'entraîner quotidiennement dix minutes, repérer les outils essentiels à une vie sereine. **Le suivi des 6 séances est l'idéal**, voire de 4 séances minimum.

Horaire : de 10h00 à 11h00

Dates : Les samedis

21/28 janvier - 4 février - 4 / 11 et 18 mars 2017

Tarifs

Membres de l'AFEP : 60 € les 6 séances - 1 séance : 13 €

Non Membres : 72 € les 6 séances - 1 séance : 15 €

(Possibilité de règlement par 2 ou 3 chèques)

2 Place Sévigné

(Garderie de l'école élémentaire Beausoleil)

35510 Cesson-Sévigné

Renseignement : Anne

dercourt.frederic@neuf.fr

**Règlement et inscription
avant le 30 novembre 2016**

Bulletin d'inscription en page 2

Bulletin d'inscription à retourner **avant le 30 novembre**, accompagné du règlement (chèque ordre Trésorier AFEP)
à l'adresse suivante : Anne DERCOURT - AFEP - 3 Rue de la Fosse aux Moines 35510 CESSON SÉVIGNÉ

X17.211.ACE - SEANCES DE SOPHROLOGIE pour adultes

Adhérent : Oui (n° d'adhérent) Non

Nom/Prénom :

Adresse :

Tél. * E-Mail :

***contact le jour de l'activité**

Ci-joint _____ cheque(s) de _____ soit _____ € (à l'ordre de Trésorier AFEP)

Conditions de l'organisateur

Une fois l'inscription validée, elle ne sera plus remboursable, sauf si l'annulation de l'activité est du fait de l'organisateur.

Droit à l'image : Des photos pourront être prises et publiées dans la lettre d'information ou sur le site internet de l'association.

Je certifie être bien couvert par une assurance responsabilité civile.

Date et signature :