

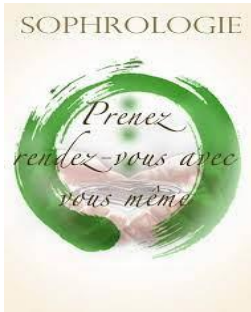





Avril à juin 2022

‘Ateliers bien-être du Mardi’ – de 14h à 16h

Le 19/04/2022	Le 10/05/2022	Le 24/05/2022	Le 7/06/2022	Le 21/06/2022	Le 5/07/2022
<p>Conférence d'Aurélie, consultante bien-être</p> <p>Causes et conséquences de l'inflammation et de l'oxydation du corps.</p> <p>Quelles solutions ?</p>	<p>Soin beauté avec Chrystelle</p> <p>Épilation des sourcils & manucure</p> <p>Un temps "plaisir" assuré, prendre soin de soi est essentiel !</p>	<p>La Sophrologie dynamique de Norbert</p> <p>Une technique accessible à tous sans prérequis dans un objectif d'harmonisation et d'évolution personnelle.</p>	<p>Les Massages Thaï de Bow</p> <p>L'effet relaxant du massage thaïlandais va apaiser votre mental et induira un état de bien-être général, autant physique que spirituel.</p>	<p>Karaoke détente avec Jay</p> <p>Un moment de détente et de bonheur !</p> <p>De quoi oublier vos soucis personnels et mettre de côté votre stress, le temps de quelques chansons.</p>	<p>Sport & Bien-être Animé par Delphine, une coach sportive diplômée</p> <p>Entre yoga, pilates et stretching-relaxation, Delphine échangera avec vous et vous prodiguera des conseils en posture</p> <p>Quelque soit le niveau, chacune y trouvera son compte !</p>
<p>14H30</p> 	<p>A 14H00</p> 	<p>A 14H00</p> <p>SOPHROLOGIE</p> 	<p>A 14H00</p> 	<p>A 14H00</p> 	<p>A 14H00</p> 
12 places	10 places	15 places	8 places	20 places	12 places

Pour tous renseignements, n'hésitez pas à nous contacter au 01.30.79.39.55 ou par mail à semaphore@lesclayessousbois.fr