Delphine BRIBES Coach personnel et professionnel, Sophrologue et relaxologue TITRE RNCP – Ecole de Sophro-Thérapies- professeur de Yoga et de techniques Psychocorporelles - Présidente de l’Association Harmonie SophroYoga - Cannes vous propose :

**DES SEANCES DE RELAXATION PHYSIQUE ET MENTALE**

Accordez vous ce moment de détente juste pour vous, le temps de vous déconnecter hors du temps …..

Un moment pour aller au plus profond de soi pour aller chercher ses ressources intérieures et retrouver l’énergie

Laissez-vous porter par une relaxation dirigée pour évacuer tout le stress, la pression de la journée et de la semaine ….

Quelques soit votre situation, vos émotions du moment, c’est le moment de faire une pause mentale et physique pour récupérer !

Prochaines séances Les vendredis de 18.30h à 19.30 heures

* Vendredi 8 Avril
* Vendredi 15 Avril
* Vendredi 22 Avril

……Prochainement les mardis entre 12.30h et 13.30h et les samedis matin de 8.45h à 9.45h n’hésitez pas à me contacter si vous êtes intéressés pour plus de détails.

Les séances du vendredi et du mardi ont lieu à La Maison des Associations,17 av. des Brousailles à CANNES.

Ramener juste votre tapis et votre plaid !

…… il n’y a rien à réussir juste vous laisser guider au son de la voix du relaxologue …….

Inscrivez-vous et réserver votre séance au 06.70.65.61.50 si absente laissez-moi votre message afin que je puisse vous rappeler – Contact par Email [harmonie.SophroYoga@gmail.com](mailto:harmonie.SophroYoga@gmail.com)

Participation par personne 12 Euros / ticket d’1 heure (pour les Adhérents = 1 ticket )

**Nous suivre** [**https://m.facebook.com/harmonieSophroYoga**](https://m.facebook.com/harmonieSophroYoga)