



CHIRASSIMONT

Florence LABOUTIÈRE

Sophrologue diplômée

Démarche personnelle et volontaire pour une meilleure connaissance de soi afin de vivre le moment présent avec sérénité tout en étant armé pour faire face aux défis du quotidien.

- **Pratique basée sur la respiration**
- **Exercices de détente, de concentration et de visualisation**
- **Séances individuelles ou collectives**
- **Aucun matériel nécessaire**

Pour plus de renseignements, téléphonez
au **06.25.67.58.18**

