

# **Cours progressif de sophrologie**

**animé par Marjorie Bachmann**



**Du mardi 20.09 au 13.12.2022 de 20h à 21h**  
à Corserey et via Skype  
*(pas de cours les mardis 18.10, 25.10. et 1.11.2022)*

Ce cours vous permettra de poursuivre la découverte du cycle existentiel avec la relaxation dynamique 10 qui permet de renforcer la valeur de la responsabilité. Des séances à thème aborderont divers sujets, tels que la régulation du stress et de ses émotions et d'autres thématiques à définir.

Séance du 20.09 à 20h en extérieur, heure à confirmer en fonction de l'ensoleillement (date de remplacement si pluie : 27.09)

**Tarif** : 270 CHF pour 10 séances (1 séance offerte)

**Inscription** : [envoldupapillon.ch@gmail.com](mailto:envoldupapillon.ch@gmail.com) ou 079 517 17 64