

# Cours progressif de sophrologie

animé par Marjorie Bachmann



**Du jeudi 23.01 au 26.06.2025 de 19h45 à 20h45**  
au Centre Sainte-Ursule à Fribourg et au Bois de Moncor  
(Rue des Alpes 2, salle Marie de Magdala au 3<sup>e</sup> étage)

**Dates :** 23.01 – 20.02 – 20.03 au Centre Sainte-Ursule  
10.04 – 8.05 – 15.05 - 5.06 - 26.06 à Villars-sur-Glâne (Bois de Moncor)

**Programme :** Soirées à thème (p.ex. la contemplation, l'acceptation, la légèreté, l'écoute, etc.), voire relaxation dynamique 8

**Tarif :** 240.- CHF pour 8 séances ou 90.- CHF pour 3 séances à Ste-Ursule (enregistrements des techniques fournis) ou 150.- CHF pour 5 séances en forêt ou CHF. 35.- par séance

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