



SOPHRO DECOUVERTE

LA CHAPELLE DES FOUGERETZ

Cours de sophrologie pour les seniors de plus de 60 ans désireux de reprendre ou maintenir une activité physique douce.

15 cours de découverte de la sophrologie destinés à un public « seniors » (plus de 60 ans) en partenariat avec le CLIC NOROIT et le CCAS

A partir du Mardi 10 septembre 2019 et jusqu'au Mardi 14 Janvier 2020 (hors périodes de vacances scolaires).

Le Mardi 10 septembre 2019 à 10h30 : 1^{ère} session d'information et de présentation de la sophrologie (salle des cerisiers- rue de Kalchreuth 35520 La Chapelle des Fougeretz) Réunion gratuite ouverte à tous.

A compter du Mardi 17 septembre 2019 et jusqu'au Mardi 14 Janvier 2020 :

14 cours collectifs (salle des cerisiers- rue de Kalchreuth 35520 La Chapelle des Fougeretz). Le nombre de participants est limité à **20 personnes**. Une participation de 10€/participant pour les 15 ateliers sera demandée.

Informations et renseignements : CLIC NOROIT 02 99 35 49 52

