



Dans le cadre de l'Association ILOU

Séances de Sophrologie mensuelles

Relâchez vos tensions, **réglez votre respiration**, récupérez de l'énergie, **apportez joie et douceur** dans votre quotidien ☺



- Salle de la Mairie de Saint Pierre des Ifs à 7 km de Lisieux
- **1 jeudi par mois de 11h à 12h, 1^{ère} séance jeudi 2 octobre**
- **15 € la séance** – Adhésion annuelle à l'Association de 10 €

Petit groupe de maximum 6 personnes



Places limitées !

Renseignements et inscription

Marie-Catherine ADELINÉ, Sophrologue, 06 16 57 55 43

www.sionrespirait.com