



# Sophrologie

*en nature pour enfants  
de la 1H à la 8H*

**Envie que votre enfant apprenne des techniques pour se détendre, prendre confiance, se concentrer, se sentir bien dans sa tête et dans son corps...? Tout cela en profitant de l'air frais de la nature?**

**Rendez-vous à 10h00, par tous les temps, au parking du Bois de Mon Cœur (Villars-sur-Glâne). Retour à 11h30 au même endroit. (cours pour enfants sans les parents)**

**07.09.19            01.02.20**

**05.10.19            07.03.20**

**07.12.19            02.05.20**

**11.01.20            06.06.20**

**Sur inscription jusqu'à 19h00, la veille**

**malika.nyffeler@gmail.com**

**079 484 42 49**

**anne.ayer17@gmail.com**

**079 687 78 60**

**Le cours : CHF 20.-**

**Abo 5 cours : CHF 80.-**

**Abo 8 cours : CHF 90.-**

**Payable sur place - minimum 5 enfants**