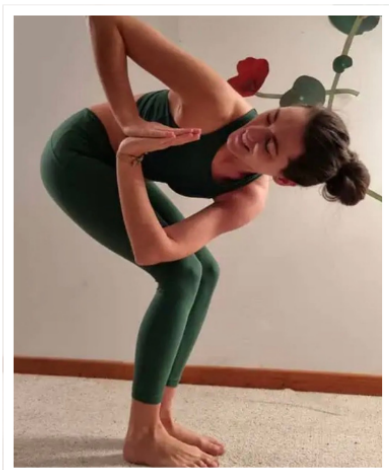


ENTRER DANS LE PRINTEMPS

ATELIER BIEN ÊTRE



15 MARS 2026 10H - 12H

DETOX ET GESTION DES EMOTIONS

Venez partager un moment simple et convivial où seront abordés les thèmes suivants :

- ▶ **LE PRINTEMPS C'EST QUOI ?**
- ▶ **POSTURES, ÉTIREMENTS ET AUTOMASSAGES**
- ▶ **CONSEILS NUTRITION**
- ▶ **AROMATHÉRAPIE**
- ▶ **RELAXATION ET VISUALISATION PRINTANIÈRES**

Salle Poly 2 (à côté des terrains de foot Complexe sportif Raymond Martin CALAS CABRIÈS)

Prix : 10 € par personne

Prévoir un tapis et une tenue confortable

Renseignements au 07.50.82.03.75 (Stéphanie)