



COURS DE SOPHROLOGIE

Montbrison

A PARTIR DU 25 09 2026

**Les vendredis soir
à 19h00**

**Petit groupe -
cocooning**

Inscription soit à la thématique
96 € les 8 séances

Inscription à l'année : 32 cours --> 320 €
(possibilité d'échelonner votre
règlement en 3 fois)

Pas de cours durant les vacances
scolaires

Séances mises en place pour un groupe
de 5 personnes

Thématiques abordées :

- 15-09-2026 : Le stress
- 24-11-2026 : Le sommeil
- 2-02-2027 : les émotions
- 11-05-2027 : Sophro nature



INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS

Sur réservation obligatoire :
Laëtitia Massacrier : 06 67 87 25 18
Sur les réseaux en message privé

