



SOPHRO ENFANTS — MONTBRISON —

TU AS ENTRE 6 ET 11 ANS

Viens faire de la sophro pour travailler ces différents thèmes qui peuvent t'aider aussi bien à l'école qu'à la maison...

Les mercredis matins à 9h00 à Montbrison
à partir du 23 septembre 2026

**23/09/2026
STRESS - ANXIÉTÉ**

**02-12-2026
CONFIANCE EN SOI**

**10/02/2027
LES ÉMOTIONS**

**05-05-2027
LA CONCENTRATION**



Inscriptions :

Soit à la thématique
80 € les 8 séances (Séances mises en place pour un groupe de 5 enfants minimum)

Soit à l'année : 32 cours --> 256€
(possibilité d'échelonner votre règlement en 3 fois)
Pas de cours durant les vacances scolaires

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

