



Fabienne Grau
Sophrologue



CENTRE DE FORMATION ZUILI
SOPHROLOGIE RELATIONNELLE & RELATIONS HUMAINES

DÉMARRAGE LE MARDI
15 JANVIER !

SÉANCES DE SOPHROLOGIE RELATIONNELLE®

Atelier proposé à un large public

(Stagiaires et participants extérieurs)

Un temps de présence à soi,
en faisant l'expérience du groupe !

Des séances créatives et ludiques, dans le respect de la méthode,
au travers de la relaxation dynamique, de la respiration et de la visualisation.

Un « travail » aux trois niveaux de l'ÊTRE : Physique, Émotionnel,
Mental pour nous permettre de contacter et affirmer nos capacités,
nos ressources, nos compétences dans les différents domaines de notre vie.



ATELIERS COLLECTIFS

(Groupe de 6 à 15 personnes)

TOUS LES MARDIS 18H30 à 20H00

(Excepté pendant les vacances scolaires)

TARIFS

Stagiaires du Centre de Formation
1^{ère} et 2^{ème} année

10 € / SÉANCE

TARIFS

Participant(e)s extérieur(e)s

13 € / SÉANCE