

*SOPHROLOGIE*

*Méditation / Yoga Nidra*

Séance individuelle adulte : 50€

**A domicile : 55 €**

enfants-ados jusqu'à 15 ans : 40 €

Séance parent/enfant : 45 €

Durée des séances de 1h à 1h15

Séance en groupe Cours d'essai possible toute l'année sur réservation

Tarif saison 2020-2021:

Inscription de Sept à Juin : 90 €/trimestre 3x ou 270€ ou 27€/mois

Tarif souple 2 cours / mois : 70 € le trimestre pour 6 cours

cours ponctuel : 14€

### **Lieux et horaires des cours:**

\*St Fulgent : **lundi** à 19h - **mercredi** à 9h30 & **vendredi** à 14h45

+Atelier à thème d'1h15 **1 mardi/mois le soir 20 €**

\*Mesnard : **jeudi** à 17h45 & 19h **durée du cours : 1h**

**Ateliers ludique pour enfants 1 mardi /mois 1h15 : 14€**

Ateliers parents/enfants 25€ en groupe et 45€ en individuel



**Ateliers sophro-huiles essentielles de Sophie: 1 samedi et vendredi/ mois, jusqu'à 4 personnes max durée 1h30**

**20 € et 15€ pour les abonnés à la sophro**

Infos: **06 43 87 68 81** ou par mail **sophiaroma7@gmail.com**

Infos sur : [www.pole-elisante.fr](http://www.pole-elisante.fr)

&

[www.naturesoi.fr](http://www.naturesoi.fr)

