



serenita

Le bonheur se crée...

Sophrologie à Saulx

*Accordez-vous une pause détente hebdomadaire pour
cheminer vers un mieux être*

POURQUOI ?

La sophrologie permet de développer sérénité et bien être, à l'aide de différentes techniques de relaxation.

Elle permet de gérer ses émotions, son stress, améliore la qualité du sommeil, favorise la confiance en soi...

QUAND ?

Je vous donne rendez-vous tout les mercredis à partir de septembre de 19H00 à 20H00.

TARIFS :

10€ la séance ou 80€ la carte de 10 séances
La première séance de découverte gratuite pour les nouveaux inscrits.

Sophrologie

Napso-thérapie

(Nutrition, activité physique, sommeil)

Réflexologie

Massages bien-être

Soins énergétiques

ELODIA ALEMANT

Accompagnement bien-être,
santé, nutrition, émotions

Confiance

Nutrition

Équilibre

Vitalité

Concentration

Plus d'informations et réservations :

serenita.elodia@gmail.com - 06 03 51 79 23

6A rue du grillot 70000 MONTCEY