

Santé

Joie

La formule  
du  
Mieux-Être

Détente

Légèreté

Votre 1ère séance  
découverte gratuite

## Sophro-Relaxation + Énergie Vitale + Tradition

- Si vous êtes trop souvent stressé(e) ou fatigué(e),
- Si votre mental reçoit trop d'informations ou de jugements négatifs,
- Si vous vous critiquez trop souvent négativement,
- Si vous ne pensez pas assez à vous-même,
- Si vous pensez qu'un état d'esprit joyeux et léger.  
est bon pour la santé,
- Si vous voulez renforcer votre vitalité,

Alors ces cours sont faits pour vous,  
et les techniques inédites que vous apprendrez,  
augmenteront votre vitalité et votre force mentale.

Attention  
changement de jour :  
C'est le  
mardi 18H30

À SAINT-PIERRE ➡ Les mardis à 18H30  
LA GARENNE : ➡ Salle des fêtes

(Aussi à VERNON et GAILLON)

Pour toute info : <http://www.sophro-relaxation-vitale.fr>  
06 69 70 64 00

« Association Nouvel Horizon »