



DES LOISIRS AU PARC DE DIANE !

# SOPHROLOGIE

Lâcher prise  
avec la sophrologie

un moment pour se poser,  
se relaxer et rebondir

**Professeur/Animateur**

**Valérie SAEZ**

**Sophrologue Praticienne**

09 52 30 07 82

06 11 09 61 11

[saezvalerie@gmail.com](mailto:saezvalerie@gmail.com)

## Séances collectives

Les samedis, de 11h à 12h15 :

- ✓ **2, 9, 16 et 30 mai**
- ✓ **6, 13, 20 et 27 juin**
- ✓ **4 juillet**

Lieu : **Visioconférence sur Zoom en attendant de pouvoir se réunir au 3 Parc de Diane**,  
rez-de-chaussée, porte droite

**Renseignements et inscriptions**

[www.association-lesablier.fr](http://www.association-lesablier.fr)