



L'ASCET 82 vous propose de participer à des séances de sophrologie le mardi de 12h30 à 13h30 à la salle l'escale. Ces 12 séances gratuites seront animées par Stéphanie LORTAL, stagiaire en fin de formation à l'école de sophrologie Institut de Sophrologie du Sud-Ouest.

Venez profiter d'un moment de détente et de relaxation pendant votre pause méridienne !

Pour cela, il suffit de s'inscrire en ligne (12 places à chaque séance et aucune obligation de participer à chacune d'entre elle).

La première séance aura lieu mardi 22 novembre de 12h30 à 13h30 (merci de respecter les horaires).

Lien vers pégase pour s'inscrire en ligne, pour chaque séance proposée :

\*\*\*RAPPEL, vous devez adhérer à l'ASCET 82 pour participer :

\*13 € pour les adhérents actifs de la communauté de travail

\*16 € /personne pour les extérieurs.

---