



ASCET82

couleur passion



SEANCES DE SOPHROLOGIE



L'ASCET 82 et le CLAS vous propose de continuer les séances de sophrologie commencées en novembre avec Stéphanie LORTAL, titulaire d'un diplôme de l'Institut de Sophrologie du Sud-Ouest.

Les séances auront lieu un mardi par mois à la DDT de 12h30 à 13h30, au prix de 5 €/séance (paiement avant chaque séance).

Venez découvrir et profiter des bienfaits 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 effectif minimum de 5 personnes pour l'assurer, aucune obligation de participer à chacune d'entre elle).

La première séance aura lieu mardi 21 mars 2023 de 12h30 à 13h30 (merci de respecter les horaires).

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

<https://pegase.din.developpement-durable.gouv.fr/? u=WLWurExCswIGsp6N48qj>

Renseignement auprès de Sylvie Matéos (0563222484)

***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.
