VILLE DE
LA VERRIÈRE

SOPHROLOGIE



Vendredi 6 et 20 novembre 2026

Apprendre à se détendre, à gérer son stress, à mieux dormir et à vivre mieux au quotidien, grâce à la pratique de la sophrologie à l'Espace Rosa-Parks.

Infos pratiques

Vendredi 6 novembre 2026, 10:00 - 11:00

Vendredi 20 novembre 2026, 10:00 - 11:00

Contact

Tél. 01 30 50 13 00 ou 01 30 50 71 61