VILLE DE
LA VERRIÈRE

SOPHROLOGIE

Vendredi 4 et 18 décembre 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

8 € le trimestre sur inscription.

Contact

Tél. 01 30 50 13 00 ou 01 30 50 71 61