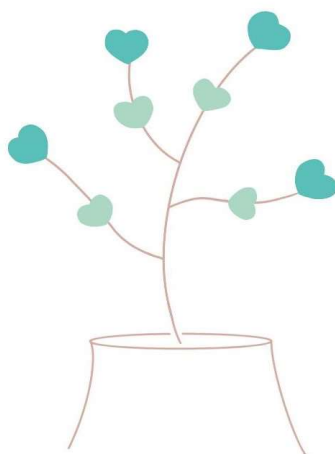


Un temps d'écoute

Sophrologie



Séances collectives :

Lundi de 18h30 à 19h40

Mardi de 12h20 à 13h30

Mardi de 14h00 à 15h10

Jeudi de 08h40 à 09h50

Contact et inscription :

HEYER Marie-Véronique

06 34 26 19 36 - heyermv@gmail.com



Association des 4 Chemins des Routes
Bâtiment de la Commanderie
Promenade verte des Poudrières 83200 TOULON

Thématiques des séances :

Premier trimestre : lâcher les tensions du quotidien, retrouver du calme

Deuxième trimestre : installer le bien-être, stimuler ses capacités

Troisième trimestre : développer la confiance en soi, accroître son énergie

Tarifs du 1^{er} octobre 2024 au 30 juin 2025 :

Séances hebdomadaires :

- ❖ 270 € avec engagement à l'année
- ❖ 100€ le trimestre

Deux séances par mois :

- ❖ 170€ avec engagement à l'année
- ❖ 60 € le trimestre
- ❖ Séance supplémentaire : 10€

***La séance sans engagement :* 12€**

Toute séance annulée moins de 24 heures avant le début du cours est due.

Pas de remboursement possible en cours d'année.

Nombre de participants entre 4 et 8 par séance.

Interruption : 2 semaines pendant les vacances scolaires d'hiver et 1 semaine pendant les vacances scolaires de Pâques