

## Sommaire

- [Activité\(s\)](#)
- [Coordonnées](#)

[Retour à la liste](#)

Activité(s)

Activités séniors

Séniors

Animation de séances de sophrologie. Prendre un temps pour soi, pour respirer, se détendre et se relaxer Positiver, mieux gérer son stress et ses émotions, pour plus de bien-être avec la détente du corps et du mental.

Public :

Seniors (65 ans et plus)

Relaxation, Bien-être

Activités physiques et sportives

Animation de séances de sophrologie et de relaxation

Public :

Adultes

## Coordonnées

18 rue Pierre Fourel  
69230 Saint-Genis-Laval  
France

Email(s)

odile.brisac [at] laposte.net

Téléphone(s)

04 78 73 11 78

07 86 43 05 66

**45.6950197, 4.7918004**

[Ajouter aux favoris](#)