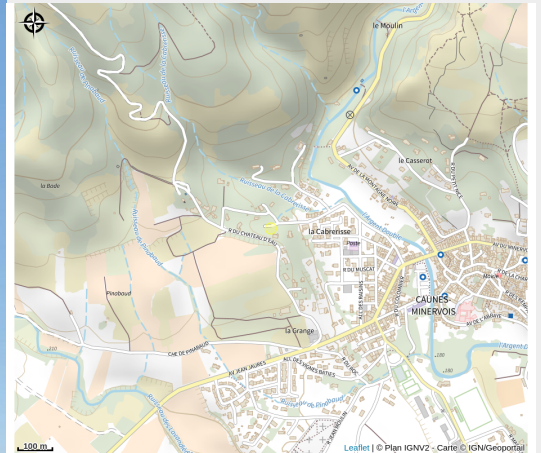


BALADES SOPHRO

Minervois



Attribution : SARA BLANKEMANN SOPHRO CAUNES (1)



Avec son "Petit atelier de sophrologie", Sara Blanckeman, propose, sur réservation et selon la météo, des "balades sophro", avec des séances de 2h et des groupes de 6 personnes. Les "randos-sophro" allient plusieurs outils autour d'exercices simples. Profitez d'une reconnexion au cœur de la nature et apprenez des ressources simples de la sophrologie (exercices de respiration méditation et relaxation). Pour tout le monde qui souhaite se faire du bien.

Useful information

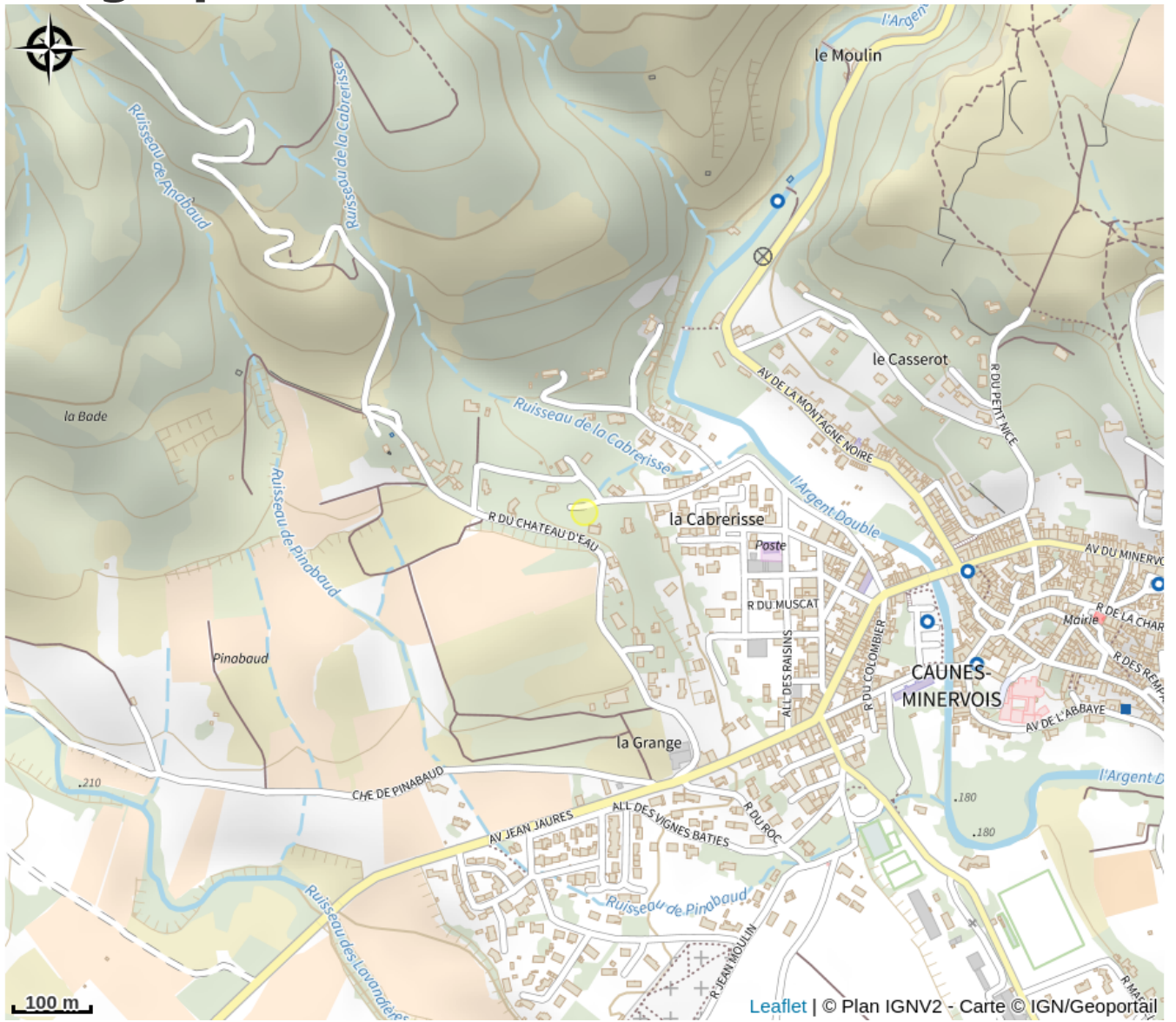
Category : Outdoor activities

Type : Walking activities

Description

Avec son "Petit atelier de sophrologie", Sara Blanckeman, propose, sur réservation et selon la météo, des "balades sophro", avec des séances de 2h et des groupes de 6 personnes. Les "randos-sophro" allient plusieurs outils autour d'exercices simples. Profitez d'une reconnexion au cœur de la nature et apprenez des ressources simples de la sophrologie (exercices de respiration méditation et relaxation). Pour tout le monde qui souhaite se faire du bien.

Geographical location



All useful information

Contact

Téléphone portable :

+33 6 43 88 66 42

Page Facebook :

[https://www.facebook.com/
BlanckemanSara](https://www.facebook.com/BlanckemanSara)

Adresse :

7 allée d'Occitanie

11160 CAUNES-MINERVOIS

sarablanckeman@gmail.com