

**SAMEDI**  
**13**  
**SEPTEMBRE**  
**09h00-17h30**

# **EVENEMENT**

# **BIEN-ETRE**



Cours "découverte"



YOGA

PILATES

MÉDITATION

SOPHROLOGIE

RÉFLEXOLOGIE

*Un moment ouvert à  
toutes et tous!*

**02.61.67.07.59**

*Où ? Salle Bien-Être du Biocoop de Falaise, à côté de Gitem.*

# Salle “Bien-être”

Horaires	Activité	Pour réserver :
09H00 - 09H30	Yin Yoga (doux)	Sophie : 06-85-06-43-84
09H45 - 10H30	Méditation	Evelyne : 06-82-31-88-82
10H45 - 11H15	Yoga dynamique	Sophie : 06-85-06-43-84
11H30 - 12H15	Sophrologie	Pascale : 07-69-64-14-39
12H30 - 13H00	Pilates	Lucie : 07-88-17-46-21
13H15 - 14H00	Sophrologie	Pascale : 07-69-64-14-39
14H15 - 15H00	Méditation	Evelyne : 06-82-31-88-82
15H15 - 15H45	Pilates	Lucie : 07-88-17-46-21
16H00 - 16H30	Yoga	Sophie : 06-85-06-43-84
16H45 - 17H30	Méditation	Evelyne : 06-82-31-88-82
17H45 - 18H30	Sophrologie	Pascale : 07-69-64-14-39
de 9h00 à 17h30	Echanges libres avec les praticiennes autour d'une collation sucrée/salée	

# Salle “Atelier”

Séances découvertes de réflexologie (30 minutes)

Places limitées - Réservez auprès de Marion : 06-62-84-33-18

ÉVÉNEMENT GRATUIT - RÉSERVATION FORTEMENT CONSEILLÉE :)  
PRÉVOIR SON TAPIS ET UNE TENUE CONFORTABLE