Association SophroArt77

L'association SophroArt 77 vous propose des séances collectives (100% inclusives) de **Sophrologie**, de **YOGA**, de **Do-in**, d'**Art-Thérapie Dynamique**, de **SophroArt**, des **Sophro Balades**, du **Land-Art**, de **Musicothérapie**, divers Ateliers à thématiques,... Ouvertes aux enfants, adolescents, adultes et séniors selon les séances.
Retrouvez ci-dessous le planning de Natacha et Carine.

A CHARNY

Adultes/Ados
(à partir de 14ans)

Yoga Vinyasa - Yin Yoga :
Mardi de 18h à 19h & de 20h à 21h
Sophrologie :
Mardi de 19h à 20h
SophroArt - Exploration Créative :
Un mardi par mois de 20h30 à 22h30

Enfants
(à partir de 3/4ans)

Yoga - enfants :
Mercredi de 10h à 11h
Yoga kids ou sophro kids :
Mercredi de 11h à 12h

A CLAYE SOUILLY

Adultes

SophroArt - Exploration Créative :
Un vendredi sur 2 de 14h00 à 15h15
Sophrologie :
Un vendredi sur 2 de 14h à 15h

Enfants

Sophro-kids :
Un mercredi sur 2 de 11h à 12h
SophroArt - Exploration créative :
Un mercredi sur 2 de 11h à 12h

(*) sur septembre et sauf les séances SophroArt

D'autres ateliers seront proposés ponctuellement dans l'année à Charny.
Pour ceux-ci, veuillez consulter le **planning des ateliers** sur facebook ou bien recevez-le directement en scannant le QRcode rose.

site internet

@SOPHROART77

Pour plus de renseignements :
sophroart77@gmail.com ou 06.13.06.26.50

recevoir le planning

Ne pas jeter sur la voie publique