

INVITATION

Séance d'Initiation à la Sophrologie Caycédienne

Venez participer et suivre une séance de **Sophrologie Caycédienne**, discipline authentique créée par le Professeur Caycedo, dans le cadre de la semaine Internationale de la Sophrologie Caycédienne.

La découverte de cette discipline et sa pratique vous permettra de vivre les bienfaits de moments de relation positive avec vous-même... afin de goûter à cette approche personnelle qui vise à développer **sérénité** et **mieux-être au quotidien** par un **entraînement** du **corps** et de l'**esprit**.

En effet, elle permet à chacun d'**apprendre les meilleures techniques** afin de développer ce mieux-être dans sa vie de tous les jours, avec ses propres clés, corps-esprit en équilibre, en toute conscience, que ce soit au niveau personnel comme professionnel, techniques adaptables à tout moment choisi, quel que soit l'endroit... Elle permet ainsi de devenir un maximum autonome !

Si vous désirez goûter à cette expérience, alors cela vous concerne !

SÉANCE D'INITIATION EN SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE

vendredi 22 novembre 2019 de 10h30 à 12h

Centre de rencontre de la Ligue Belge de la SEP - Rue des Linottes, 6 à 5100 Naninne

Programme :

10h30 : accueil

10h45 : Présentation et Séance de Sophrologie Caycédienne

A cet effet, la séance hebdomadaire « GYM'SANA » sera donnée exceptionnellement de 9H30 à 10H30 et sera suivie de la séance d'initiation à la Sophrologie.

Ce temps que vous vous octroyez vous permettra de donner un avant-gout initiatique de tous les possibles de cette méthode, que ce soit dans l'entraînement au mieux-être ou dans le cadre de la santé, entre-autres...

Bienvenue à TOUS pour cette expérience gratuite !!!

Marylène CANNELLA.



18 -23 novembre **2019**
SEMAINE INTERNATIONALE
de la Sophrologie Caycédienne