



SOPHRO BALADES*

Chaussez vos baskets, et venez me retrouver à St Jean de Monts pour 2 heures de balades entre mer et forêt. Le rythme modéré s'adapte à toutes les conditions physiques.

Tous les vendredis

De 14H00

A 16H00

Informations et

Réservations au : 06.52.52.87.34

(3 à 8 personnes)

Tarif :

10 € par personne
15 € en binôme

*Sophro Balades : Faire une balade à un rythme modéré pour redécouvrir ses sens. Reconnectez-vous à la nature en profitant de ce qu'elle nous offre, avec les bienfaits de la sophrologie.

Pôle Activ' Océan - Bâtiment Synapse - 1 Place Alfred Kastler - 85300 CHALLANS

<https://sophrocamino.fr>

alexandra@sophrocamino.fr

SIRET : 511 656 829 00021

