

RENCONTRE SANTÉ

Balade santé *insolite*



Vendredi 24 mai
De 10h à 12h



NOTRE-DAME D'AY
50 Allée de la Chapelle,
07290 SAINT-ROMAIN-D'AY



Sophro-balade en forêt

Un temps entre parenthèse éloigné
des contraintes quotidiennes pour :

- une immersion en pleine nature
- renforcer la conscience de soi
- vivre une expérience inédite
- découvrir des techniques favorisant le mieux-être

GRATUIT

Inscription obligatoire

a.plenet@mfara.fr

06 34 45 52 31

OUVERT A TOUS



#Rencontresanté



Précision lieu de RDV par mail
Circuit 3 à 5 km