

DIVERS

Sophrologie "le chemin vers soi"

📍 Rue des lavandières
Bâtiment B - 13270 Fos-sur-Mer

🌐 [Site internet](#)

Nom du responsable: Paula Massiera

☎ [06 31 94 15 71](tel:0631941571)

✉ paulamassiera@hotmail.fr

Association la sophrologie "le chemin vers soi"

Paula, sophrologue praticien, vous propose des exercices de respiration et de relaxation de différents degrés, pour la gestion du stress, redynamiser l'équilibre corps/esprit.

Ressentir un lâcher prise profond pour affiner sa conscience et lui créer un espace à tous ses possibles.

Cours collectifs à la Maison de quartier de la Tuilerie.

Séances individuelles rue des Lavandières, bâtiment B.





MAIRIE DE FOS-SUR-MER
AVENUE RENÉ CASSIN BP 5
13771 FOS-SUR-MER CEDEX
TEL. : 04 24 77 000

Ce site utilise des cookies pour favoriser votre navigation et enrichir les contenus qui vous sont proposés.
Vous pouvez néanmoins les désactiver à tout moment si vous le souhaitez.

<https://www.fosurmer.fr/services-en-ligne/associations/annuaire-des-associations-567/sophrologie-le-chemin-vers-soi-465.html?cHash=ccb3eb9aa8ea928540f27d24c1acfb01>

✓ OK, tout accepter

Personnaliser