

Si vous souhaitez que j'organise d'autres dates avant la date d'examen de votre enfant contactez moi par tél : 06 37 38 86 53 ou par mail : me-courtois@masofro.fr

En cours

ATELIER DE SOPHROLOGIE

THÈME : PRÉPARATION AUX EXAMENS

En 6 Séances de 45 minutes

Les vendredis 26 Avril 2019, 3 mai 2019, 10 mai 2019,
17 mai 2019, 24 mai 2019, 7 juin 2019

2 créneaux horaires possibles:
de 16h30 à 17h15 ou de 17h30h à 18h15

Objectif de la sophrologie pour la préparation aux examens:

- Gérer son stress, ses émotions...
- Optimiser sa mémoire, sa concentration...
- Développer la confiance en soi,
- Gérer son sommeil...
- Maximiser son potentiel le Jour J : apprendre à se projeter de façon positive pour être dans des conditions optimales de réussite

Tarif : 20 € la séance soit 120 € les 6 Séances

MA SO'FRO

L'Atelier se déroulera au Cabinet de
Sophrologie MA SO'FRO, 27 rue de
l'église 59134 Beaucamps-Ligny

**Places limitées. Réservation par mail:
me-courtois@masofro.fr ou par tél : 06 37 38 86 53**