

Atelier "Reconnexion au Corps en Musique" : Besoin d'un Temps Pour Toi ?

 Jeudi 13 novembre 2025 de 20h30 à 21h30 

 à la Salle Polyvalente de Saubens.

Tu Rêves...

... d'un Moment Rien Que Pour Toi ?

... de Pouvoir Souffler ?

Alors voici une Parenthèse Hors du Temps pour Revenir à Toi et T'Offrir Détente et Douceur.

Un Moment Chaudoudoux qui T'Invitera à un Voyage Intérieur Réconfortant.

Un Vrai Temps pour Toi durant lequel tu Appuies sur Pause pour Te Retrouver et Ralentir.

Aucune obligation de danser... Juste Être Là, Présent·e, à l'Écoute de Musiques et de Mots Inspirants... Écouter... T'Écouter... Profiter de cet Espace Temps Rien que Pour Toi... T'Apaiser, Te Détendre, Dénouer les Tensions, Bouger si Envie et Besoin ou Prendre le Temps de Prendre le Temps tout Simplement.



Tarif :

- Adhérent de l'Association Gym Saubens : 15€
- Extérieur : 20€



Renseignements et Inscription 06 77 44 75 20.

! Places limitées : 12 personnes maximum.