



# JOURNÉE BIEN-ÊTRE

Aux Jardins de Manthes à Lédignan

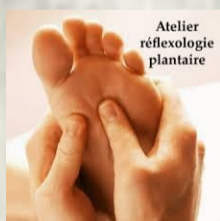
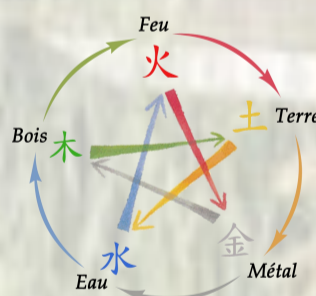
**DIMANCHE 16 JUIN 2019**

de 10h00 à 18h30

Venez passer un moment de détente, seul(e), en famille ou entre ami(e)s !

Et participer aux **ATELIERS DÉCOUVERTES** pour prendre soin de votre santé dans un cadre respectueux de la nature (bassin naturel de baignade, yourtes, tipi, énergie solaire, récupération d'eau...) :

**Sophrologie, Yoga (adultes et enfants), Reiki, Médecine Chinoise, Réflexologie plantaire, Aromathérapie, Massages bien-être, Soins des mains, Les bienfaits de l'aloé Vera**



Aires de pique-nique, buvette, coin lecture...

(vous pouvez apporter votre pique-nique)

Entrée payante : à partir de 5 € la ½ journée



Pour tous renseignements : **07 67 89 97 40**

**www.sophropause.com**