

L'Atelier des Cool'heures

DE SANDRA HONORÉ

7 Impasse Saint-Louis - 21370 LANTENAY

Matinée détente et bien-être

Dimanche 5 juillet (9h/12h30)

Prenez le temps de détendre votre corps et votre esprit !

Petit groupe – Tarif : 55 €/participant

De 9h à 10h :

Méditation en mouvement et étirements
avec Pauline, au calme dans le jardin.




De 10h à 12h30 :

Atelier Mandala zen
Initiation à la peinture à points dans
l'atelier de Sandra.
Matériel fourni, vous repartez avec
votre création personnelle.



Pauline : 06 74 33 48 46

 Polinaa_kb_dijon

 www.reflexes-harmonie.fr

Sandra : 06 18 06 47 97

 Sandra Honoré Créations artistiques