

SE RECONNECTER À SOI SUR LES CHEMINS DE BORD DE MER

# Balade sophro

UN MOMENT D'ÉVASION,  
DE BIEN-ÊTRE ET D'HARMONIE À VIVRE  
TOUT AU LONG DES SENTIERS CÔTIERS !

PROGRAMME  
ET RÉSERVATIONS  
Sophie Marchand  
au 06 03 15 28 54  
ou sur 



Deux à trois fois  
par mois à partir  
du printemps



Parcours de 2h



Tenue confortable  
et chaussures  
adaptées



[www.sophrologiemorbihan.fr](http://www.sophrologiemorbihan.fr)