ACTIVITES AQUATIQUES

AQUAGYMS
AISANCE AQUATIQUE
LECONS ENFANT/ADULTE
PERFECTIONNER 4 NAGES
AQUAPHOBIE

LIEUX

BASSIN BALNEO
RESIDENCE PRIVEE
LA COURONNE (été)
ASSOCIATIONS



GROUPES LOISIRS
SESSIONS THEMATIQUES
SÉANCES FLASH
ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISE

LIEUX

ASSOCIATIONS
ENTREPRISES
PERISCOLAIRE
CABINET
VISIOS

SOPHROLOGIE

SOPHRO 16

Adultes – Enfants

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h Sophro Groupe Mouthiers	10h-16h Sophro Individuel Ruelle	**10h** Sophro Groupe Basseau	**10h15** Aquagym Associatif	10h-17h Sophro Individuel Ruelle	**9h30** Aquagym Montana
			12h Périscolaire La Couronne		
15h55 Aquagym Girac		**14h40** Enfants Girac	**15h55** Aquagym Girac		14h-17h Sophro Individuel Ruelle
	17h15 Apprentis Adulte Montana				
18h30 Sophro Groupe Mouthiers	**18h15** Aquagym Montana		**18h30** Sophro Groupe L'Isle Esp		

+ Séances de sophrologie individuelle en visio sur demande

Jean-Philippe CALLAIS

Sophrologue certifié +10ans, Maître Nageur +20ans

www.Sophro16.fr **06 78 88 10 05**