

# ASSOCIATION LIPS

Cours Collectifs - Ateliers

Séances individuelles - Formation

**SEVERINE GAILLARD**

Réservation au 06.76.87.26.04

[association\\_lips@orange.fr](mailto:association_lips@orange.fr)

# POLIENAS

**Mieux-être**

**Sophrologie  
Caycédiennne**

**Do In**

*Auto-massages*

**Shiatsu**

*Sur RV uniquement*

## THEMES

« Parentalité, gestion du stress, sommeil, prendre soin de moi pour prendre soin des autres, animation résidents, sophroAdo, se détendre tout en s'amusant... »

# **Cours Collectifs**

- ***Sophrologie Caycédiennne***

- Sophro Ado les mardis à 17h30

- Sophro Adultes les mardis à 18h30

- Salle Ex pompier, place du village*

- ***Do In***

- les mardis à 8h45

- Salle de danse, près de l'église*

- ***Les Happy vendredis***

- Voir le calendrier

- Salle de danse, près de l'église*

- ***Formation***

- Sur demande uniquement

- Prise en charge avec organisme formation*

# ***Séance individuelle***

- ***Sophrologie Caycédiennne***

- Sur Rv uniquement

- Salle Ex pompier, place du village ou à domicile*

- ***Séance individuelle Shiatsu***

- Sur Rv uniquement

- A domicile*