



Crédits photos : PIXABAY / E ISIDOR

Offre de rentrée **REMISE EN FORME**

Bilan hygiène de vie –coaching sportif personnalisé- relaxation

Pour attaquer la rentrée du bon pied, tester la formule

2h de programme de remise en forme

- Un **bilan hygiène de vie** pour faire le point sur son hygiène de vie alimentaire, neuropsychique et corporelle
- Une séance de conseils de **coaching sportif** pour relancer le dynamisme et l'énergie de votre corps
- Une pause **sophrologie** pour lâcher-prise, vous reconnecter avec vos sensations corporelles

Tarif de la prestation : 65€

Offre promotionnelle valable tout le mois de septembre

Estelle ISIDOR, Sophrologue, hygiéniste de vie

06.03.95.48.69

www.sophro-nature-evasions.fr

Gaétan GATHERON, Coach sportif

06.77.94.28.67

www.personal.kinesis.fr