

# RELAXATION, MEDITATION, FORME

## **MOUV'ZEN**

Pratique du Yoga (Hatha Yoga) pour adultes

Présidente : Mme MARTINEAU

Tél : 06 81 34 47 28

[mouv\\_zen@orange.fr](mailto:mouv_zen@orange.fr)

## **SHANTI YOGA**

Pratique du yoga

Présidente : Mme DANIAUX-BARRE

Tél : 06 71 06 18 58

[shantiyoga.dourdan@gmail.com](mailto:shantiyoga.dourdan@gmail.com)

## **SO-RELAX**

Pratique de la sophrologie et relaxation

Président : M. DEPOND

Tél : 06 15 40 02 93

## **DES PETITS RIENS QUI CHANGENT TOUT**

Promotion de techniques visant au bien être de la personne (sophrologie, relaxation, méditation...)

Président : M. BALDASSARRI

[despetitsriensquichangenttout@yahoo.fr](mailto:despetitsriensquichangenttout@yahoo.fr)