

Bol d'Air

Un temps pour soi au bord de l'eau*


Vannes

Dimanche 7 novembre 2021

De 10h30 à 16h00

Accepter - Accueillir - Prendre le Temps - Respirer - Se Recentrer - Soi - Se ressourcer



 Amis marcheurs,
comme il s'agit d'une journée autour de
la marche, pensez à prendre
vêtements et chaussures adaptés.

 Prévoyez de l'eau et un pic-nic

Sachez que moi et mes copains nous ne
sommes pas invités !!



RDV à la Maison des Familles

47 rue Ferdinand Le Dressay

***Marche en pleine présence (maximum 5km) - Détente corporelle et mentale, pour un mieux-être et un mieux dormir, par la pratique d'exercices corporels et respiratoires**

Coupon-réponse

Par courrier à Echange et Partage Deuil/Deuil-Jeunesse Kergonan 56250 ELVEN

ou Par mail à echangeetpartagedeuil@wanadoo.fr

Nom : Prénom :

Mail :@.....

Numéro de téléphone : Nombre de personnes présentes :

*Sortie disponible uniquement pour les adhérents à jour de leur cotisation et réservé aux adultes.

Dans la limite de 12 personnes maximum.

Merci de nous retourner le coupon-réponse **avant 5 novembre 2021.**