

UNIVERSITÉ DU TEMPS LIBRE DE LAMBALLE-PENTHIÈVRE
ATELIERS BIEN ETRE 2023-2024

Objectifs : Se reconnecter à son corps et apaiser son mental (aller à son rythme)

Prestataire : UTL LAMBALLE PENTHIEVRE

Intervenante : Isabelle Andrieux

Modalités : **Effectifs** : groupe de 12 participants minimum par module

Lieu : Salle Francis Denis, 11 Allée des loisirs Meslin.

Session : « Comment prendre soin de son corps et de sa respiration ? »

4 modules de 5 séances chacun seront proposés (sous réserve d'un nombre suffisant de participants)

Nous vous proposons d'en choisir 1 ou plusieurs.

Planning : du 3 novembre 2023 à juin 2024 **Coût** : **35 euros** le module de 5 séances

Séances de 1 h 15. Le vendredi de 10 h 30 à 12h.

Référente ateliers Bien Être : Elisabeth CHAUVEL

Courriel : elisabethderrien@hotmail.fr

BULLETIN D'INSCRIPTION - ATELIERS BIEN ÊTRE 2023-2024

Nom : Prénom : Né(e) en 19.....

Adresse :

Numéro carte UTL : 41..... Téléphone :

Adresse Internet :

Après avoir pris connaissance de la fiche de présentation de l'atelier « Bien Etre » organisé par l'UTL de Lamballe-Penthièvre, déclare s'inscrire à ... module(s)

Total : € par chèque à l'ordre de « UTL Lamballe-Penthièvre ».

A Lamballe, le Signature :

Nb : Les personnes non adhérentes à l'UTL pour le cycle des conférences, doivent s'acquitter en plus d'une cotisation spécifique de 7€ (par chèque séparé) comprenant l'assurance.