

## « SOPHROLOGIE ET SOMMEIL »

Madame Mireille LICHERON

**Dimanche 30 Septembre 2018**

Au "Clos des Capucins" à Yenne (73)

Minimum 8 personnes

**les inscriptions seront closes le 20 Septembre 2018**

Vous avez des difficultés à vous endormir, des somnolences, des réveils fréquents.  
Repérer les troubles du sommeil et apprivoiser son sommeil par le biais de la sophrologie est possible.

Des exercices pratiques et efficaces ont fait leurs preuves.

Venez tester cette pratique le 30 septembre 2018

Equipez- vous d'une tenue confortable, un plaid, un petit coussin et le tour est joué.

# Académie Franco Suisse de Sophrologie

## BULLETIN D' INSCRIPTION

A la journée "Sophrologie et Sommeil"

Animé par Mireille LICHERON

**Le Dimanche 30 Septembre 2018**

au "Clos des Capucins" à Yenne (73).

**Minimum 8 personnes**

Coût de la journée : 150,00 € repas compris

NOM et Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal + Ville : .....

Profession : ..... Tel. Port. ....

Tél. Perso. : ..... Tél. Prof. : .....

Email : .....

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 20 septembre 2018**

**Pour inscription joindre impérativement un chèque de 150,00 €  
à l' ordre de HYPPOS FRANCE avec le bulletin.**

***Ce chèque sera encaissé si désinscription moins de 10 jours avant le séminaire.***

HYPPOS FRANCE - 8 rue du Mont Blanc - 74100 Annemasse Tel 04 50 38 81 79 – Fax 04 50 92 89 66  
www.sophro-formation.org - contact@sophro-formation.org

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 82 74 03 142 74 auprès du Préfet de la Région Rhône- Alpes.  
SAS déclarée en Préfecture d'Annecy – SIREN N° 814 562 369 – Code APE 8559 A