

**Lorraine Binoche**  
**Sophrologue – Praticien relationnel**  
**& Techniques psycho-corporelles**

72, rue Mardoré  
69270 Rochetaillée sur Saône  
06 72 41 95 95 / 04 78 08 15 32

**Siret : 388 233 330 00033**

Formatrice enregistrée sous le N° 82 69 13159 69  
auprès du Préfet de région Rhône-Alpes



<http://www.lorrainebinoche.com>  
[lorainne.binoche@wanadoo.fr](mailto:lorainne.binoche@wanadoo.fr)

## **LES SÉANCES D'ENTRAÎNEMENT DE SOPHROLOGIE**

### **SAISON 2016/2017**

***Apprendre à établir une meilleure connaissance de soi,  
appréhender une juste gestion de ses émotions, développer  
dynamisme et motivation.  
Prendre du temps pour soi, du recul, lâcher prise et échanger, le  
temps d'une séance...***

**Séance de groupe les mercredis de 19h à 20h30 - 20€ -**  
*(Hors vacances scolaires)*  
**Planning** (du mercredi 28 septembre 2016 au mercredi 28 juin 2017)

28 septembre  
5, 12 et 19 octobre  
9, 16, 23 et 30 novembre  
7 et 14 décembre

4, 11, 18 et 25 janvier  
1, 8 et 15 février  
8, 15 et 29 mars

5, 12 et 19 avril  
10, 17, 24 et 31 mai  
7, 14, 21 et 28 juin

Payable à l'année soit : 620€ (200€ premier trimestre - 200€ deuxième trimestre - 220€ troisième trimestre).  
*Possibilité d'échelonner le règlement*

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 28 SEPTEMBRE PAR COURRIEL  
OU TELEPHONE.**

**Attention le nombre de place est limité**