

## **Séquence Sophrologie**

Ambiance agréable et instructive ce samedi 5 octobre au gymnase Joliot Curie.

15 adhérents des sections (Boxe, Escrime, Montagne-Escalade, Génération, Plongée, cyclotourisme) ont pu appréhender et comprendre la pratique de la sophrologie grâce à l'intervention orale et une mise en pratique de Sylvie Laverdant (Sophrologue).

Sylvie Laverdant reçoit sur rendez-vous, les personnes qui le désirent à son cabinet (coordonnées au club).

Pour de plus amples renseignements ou pour obtenir le compte-rendu, vous pouvez vous adresser à Sylvie à l'US ivry ou sur [formation@usivry.org](mailto:formation@usivry.org)