



# Méthode VITTOZ

Atelier pour adultes

9 séances du 21 sept au 30 nov 2021 pour goûter à un

**Bien être durable**

Présence à soi et au monde

Relaxation

Concentration

Mardi 20h00 – 21h30 à L' EAU VIVE

**Béatrice de CHARENTENAY**

Praticienne diplômée IRDC Vittoz – Paris

**06 20 91 51 67**