

# *L'Instant Vittoz s'invite chez vous :*

*Depuis votre canapé, découvrez et approfondissez les bienfaits de la pratique Vittoz, intégrée à votre quotidien.*

*2 modules au choix, à vivre en groupe en visio: un rendez-vous avec vous-même pour vous apaiser et vous recentrer.*



*L'Instant Vittoz*

*contact@instantvittoz.com*

*Agnès Latreille 06.61.45.26.35*

*Bénédicte Mogenet 06.89.81.41.22*



*<http://www.youtube.com/LinstantVittoz>*



## 2 Modules

### *S'apaiser et gagner en souplesse cérébrale*

10 séances d'1h  
1 fois par semaine  
6 participants maximum

### *Se recentrer et habiter son corps*

8 séances d'1h30  
1 fois par semaine  
6 participants maximum

### *Tarifs*

17€ la séance d'essai  
150€ le module



L'Instant Vittoz

### *Plusieurs créneaux*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	9h00	9h30		9h00
12h30	12H30		12h30	
14h00			14h00	
18h30		18h30	18h30	

Horaires début de séance  
(inscription sur un seul et même créneau)

### *Contact*

Contact@instantvittoz.com

Bénédicte Mogenet : 06.89.81.41.22

Agnès Latreille : 06.61.45.26.35



<http://www.youtube.com/LinstantVittoz>