

# Atelier Relaxation

## Animé par Valérie, réflexologue

LE SAMEDI 21 FEVRIER 2026

DE 10H à 12H

SALLE DE SPORT VIBES

Bougez, Ressentez, Vibrez

Participation ouverte à tous, même si tu n'es pas adhérent...



- Techniques d'auto-massages  
→ réflexologie visage et mains
- Séance relaxation :  
(prévoir 1 plaid + 2 coussins.)
- Places limitées à 8 personnes !

15€ PAR PERSONNE règlement à l'inscription,  
Réservation à l'accueil du club ou directement auprès de  
Valérie

contact: 06 88 73 23 45