

Mardi 2 décembre de 14h à 16h

Atelier parentalité



©Freepik

Découvrez l'automassage et des techniques de relaxation afin de prendre soin de soi au quotidien. Prévoir une tenue confortable, une bouteille d'eau et un tapis de sol (style tapis de yoga) si possible.

Infos pratiques

Palais des sports Jean-Claude Bouttier - 88, rue du Poirier-Baron

Ouvert à tous les parents

Gratuit - Places limitées - Inscription par mail à rpe@sannois.fr