

Automassage

VIRLET Salle socioculturelle

Pour votre bien-être, ce cycle de 3 séances vous permettra d'apprendre à vous masser, seul, et d'accéder à tous les bienfaits apportés par ces techniques au quotidien.

Mardi 4 Octobre 2022

10H00-12H00

Mardi 11 Octobre 2022

Mardi 18 Octobre 2022

Venir dans une tenue confortable, avec un tapis, de l'eau pour s'hydrater et une crème pour les mains.

Participation gratuite/inscriptions au CLIC Riom Limagne Combrailles au 04 73 33 17 64.