

Conférence gratuite

Mardi 17 Octobre à 18h30

Centre MuDan (23 ter rue Callé Carballo à L'Isle Jourdain)

Les *super!* pouvoirs de la respiration sur la santé



Animée par Laure Freytag
Praticienne de santé Naturopathe

En apportant de l'oxygène, la respiration a un impact sur toutes nos cellules et est donc indispensable à une bonne santé.

Respirer? Nous le faisons tous... Mais comment?

Vous APPRENDREZ ce qu'est une respiration "santé" et nous prendrons le temps de **PRATIQUER** des exercices respiratoires simples pour agir sur le stress, la fatigue, les troubles digestifs, le sommeil et bien plus encore.



Renseignements et inscription:

06 18 08 30 00

lauref.naturo@gmail.com

