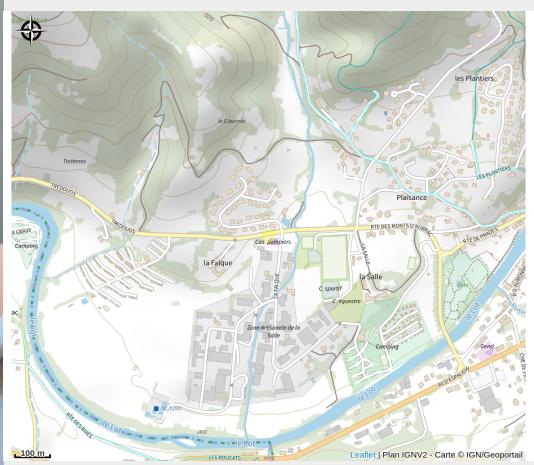


"Au coeur de soi", séances de bien-être

PNR_AUBRAC



Crédit : Massage bébé (photo de Sandrine B. Au Cœur de Soi)



Sandrine vous propose des séances de bien être à St Geniez d'Olt , "au coeur de soi", à son domicile dans un petit cocon , ou chez vous, également en visio

Infos pratiques

Catégorie : À faire

Description

Séances de bien être physique, mental, émotionnel, équilibre , harmonie : relaxation avec quelques postures de yoga, respiration, méditations , détente sonore, (instruments vibratoires relaxants) , danse intuitive : laisser parler son corps , se relâcher , puis le massage métamorphique : très relaxant et rééquilibrant , sans oublier les touts petits : partager un moment de complicité et de douceur avec le massage bébé et le yoga bébé !

Ces séances sont pour tout public . Accessible à tous , pas de niveau requis.

N'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement ❤

Situation géographique



Toutes les informations pratiques

Informations pratiques

Modes de paiement:

Espèces, Virement

Fiche mise à jour par Office de Tourisme des Causses à l'Aubrac le 23/01/2026

Contact

Route des Monts d'Aubrac
12130 SAINT-GENIEZ-D'OLT
coeurdesoi12@gmail.com