

# JOURNÉE PORTES OUVERTES AU CENTRE GENTIANE

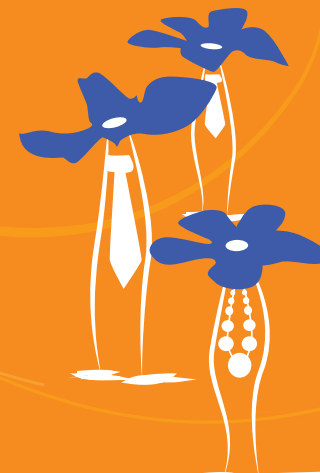
## AU PROGRAMME

- 13h15 : Présentation de toute l'équipe du Centre Gentiane
- 13h45 : Pratiques de sophrologie avec Sylvie Stocker
- 14h30 : Présentation de l'hypnose avec Nathalie Souchaud
- 15h10 : Redécouvrir le plaisir de bouger et danser par le biais de la danse biodynamique avec Isabel Delattre
- 16h00 : Pause collation
- 16h30 : Retrouver le goût d'une alimentation saine avec Françoise Girardot
- 17h15 : Introduction à la pratique du Tai Chi Chuan avec Alain Borredon
- 18h00 : S'éveiller au Kundalini yoga dynamique, pétillant et créatif avec Corinne Blat
- 18h45 : Pratiques simples de sophrologie avec Sylvie Stocker

Accompagné d'une collation  
de bienvenue en milieu d'après-midi  
Venez en tenue décontractée

**S A M E D I**  
**4 OCTOBRE**  
DE 13H À 19H30  
À PONTCHARRA

RENSEIGNEMENT  
SYLVIE STOCKER  
**06 79 61 67 97**  
OU SUR LE SITE  
[www.centre-gentiane.fr](http://www.centre-gentiane.fr)



340, Rue du Maniglier, 38530 Pontcharra  
[www.centre-gentiane.fr](http://www.centre-gentiane.fr)