

Mots clés: telecharger Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe pdf, Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe mobi, Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe epub gratuitement, Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe torrent, Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe lire en ligne.

Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe PDF

Hausknecht, Stephanie



Ceci est juste un extrait du livre de Animer des séances de sophrologie ; 10 séances thématiques de groupe. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Hausknecht, Stephanie

ISBN-10: 9782322085958

Langue: Français

Taille du fichier: 1598 KB

LA DESCRIPTION

Cet ouvrage comporte 10 séances thématiques de sophrologie pour animer des séances collectives. La plupart des séances sont composées d'une partie dynamique avec principalement des petits exercices notamment de respiration. Puis d'une partie statique, orientée sur la détente du corps et des exercices de visualisation. Les thèmes abordés sont variés : découverte de la sophrologie, relaxation, vitalité, énergie et dynamisme, confiance en soi, atteindre ses objectifs, le lâcher-prise, retrouver le sommeil, le mal de dos, la sophrologie ludique pour les enfants et enfin l'aqua-sophrologie. Ils permettent d'animer des séances en toute circonstance (piscines, salles de sport, écoles, entreprises...).

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Animer des séances de sophrologie en ... (évaluation de l'appropriation des techniques de relaxation dynamique et de sophrologie animées en petit groupe) ... (10 ...

Formation pour apprendre à structurer et à animer des séances et des ateliers de relaxation ... de la sophrologie. ... cadre de groupe Du 22/10/2018 ...

Achetez Animer Des Séances De Sophrologie - 10 Séances Thématiques De Groupe de Stéphanie Hausknecht Format Beau livre au meilleur prix sur Priceminister - Rakuten.

ANIMER DES SÉANCES DE SOPHROLOGIE ; 10 SÉANCES THÉMATIQUES DE GROUPE

[Lire la suite...](#)