



# Un temps pour soi

LE SOUFFLE  
C'EST LA VIE!!!

## Programme:

Un moment pour se déconnecter,  
se recentrer, se détendre.

La respiration est à l'origine de tout!

Découvrez des astuces pour  
respirer, s'oxygéner et recharger  
ses batteries efficacement



**MARDI 25 novembre**

19h - 20h

avec Nathalie HURAUULT-CARRESSE  
Nathhur'aile Naturopathe

CONTACTEZ-MOI POUR RÉSERVER

25€



06 64 43 97 35



nathhuraile.fr



121 avenue du Général de Gaulle (33190 Gironde sur Dropt)