

NOUVEAU !!!!

ATELIER MASSAGE AMMA ASSIS

Catherine , animatrice de l'atelier relaxation et membre de la section randonnée

vous propose un atelier massage AMMA ASSIS.

Massage habillé sur chaise ergonomique du dos, des bras, des mains, du cou et de la tête.

Ce massage chinois viens apporter une détente et revitalise le corps.

Séance de 25 minutes individuelles.

MATÉRIEL : apporter une tenue souple de type legging et une serviette de bain.

Les séances sont sur rendez-vous, individuelles les jours suivants de 14h30 à 16h30, salle ASPTT (1^{er} étage), soit 2 personnes par séance :

Vendredi 24/11/2023

Samedi 02/12/2023

Samedi 16/12/2023

Samedi 13/01/2024

Samedi 10/02/2024

Samedi 09/03/2024

Samedi 06/04/2024



TARIF : 5€ par séance

Veillez prendre rendez-vous auprès de Catherine GAUTIER AU 06.09.79.95.34 pour s'inscrire.

Consultez régulièrement votre site : <http://chartres-randonnee-pedestre.asptt.com/>