

### Santé, bien-être & développement personnel : Être et Devenir

Initiation à la méditation pleine présence et relaxation en mouvement. Pratique douce basée sur la libération des fascias et le ressenti corporel. Permet de soulager les souffrances, de mieux gérer le stress et de retrouver une souplesse corporelle et un état de solidité et d'équilibre. Animé par une praticienne diplômée de l'université de Lisbonne.

Publié le 12/08/2025



Adresse : Maison du Temps Libre 34250 Palavas-les-Flots

Mobile 06 31 89 47 89

Mail

**Contact :**

Evelyne ENTRESANGLE

Lorsque la carte est sélectionnée au clavier, vous pouvez utiliser les touches + et – du clavier pour effectuer un zoom avant ou arrière, ainsi que les touches haut, bas, droite et gauche du clavier pour déplacer la carte.



**Ville de  
Palavas-les-Flots**

*Mairie de Palavas-les-Flots*

*Horaires : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.*

*Adresse : 16 Boulevard Maréchal Joffre – BP 106 – 34250 Palavas-les-Flots*

*Tél. : 04 67 07 73 00*