



Nicolas Brinster
Sophrologue



Offrez-vous une parenthèse de bien-être avec la SOPHROLOGIE



En alliant des techniques de respiration, de décontraction musculaire et de visualisation, je vous plonge en douceur dans un état profond de détente et vous octroie une parenthèse de bien-être. Offrez-vous une fabuleuse évasion et partez à la conquête de vos ressentis pour progressivement retrouver votre équilibre et votre sérénité.

- Se détendre
- Retrouver calme et sérénité
- Maitriser son stress et ses angoisses
- Préparer un évènement
- Retrouver le sommeil
- Gérer sa phobie et ses pulsions
- Préparer un accouchement serein
- Retrouver confiance en soi
- Retrouver son équilibre

A propos de moi

- Sophrologue certifié RNCP
- 06 65 06 04 37
- www.nicolas-brinster-sophrologue.fr
- Reçois en cabinet à Nogent sur Marne et me déplace à domicile

