



Carole Serrat

SOPHROLOGUE

Sophrologie • Pratiques antistress • Harmonie corps-esprit

MON PROGRAMME MINCEUR

TOUT EN
douceur



BONUS AUDIO
CD ET MP3
MÉTHODE GUIDÉE
SUR MESURE

**Exercices, conseils et rituels
pour destresser et atteindre votre poids de forme**

L E D U C . S
P R A T I Q U E