

Hélène Sophro-Esthétique

Tous mes soins sont le fruit d'une expérience de 25 ans dans le domaine de l'esthétique, de l'écoute du corps et d'une formation diplômante :

- Maîtrise d'esthétique,
- Certification en sophro-analyse délivrée par l'Institut Européen en Sophro-analyse (I.E.S.A).

Mes méthodes sont également inspirées de la sophrologie caycédienne, du Dr Alfonso Caycedo qui a donné naissance à la sophrologie en 1960.

Nos techniques incluent plusieurs adaptations de massages esthétiques du monde pour répondre à différents objectifs :

- Beauté, bien-être, soins tonifiants anti-âge du visage,
Soins silhouette, gestion du stress
- Prise de conscience de son corps,
- Relaxation du corps et de l'esprit.

ATELIER FORMATION

- **Modelage LNA du ventre** 3 h
- **Modelage LNA du dos** 3 h

½ journée de formation par groupe de 3 à 4 personnes

De : 9 h 30 à 12 h 30
14 h 30 à 17 h 30
16 h 00 à 19 h 00



Sophro - Esthétique



Sophro - Esthétique



Sophro - Esthétique

Sur rendez-vous uniquement

Tél. **06 65 02 12 12**

11 bis, avenue Elisée Reclus
75007 Paris

contact@helenasophro.fr
www.helenasophro.fr



RER C Champs de Mars
Métro : Ecole Militaire et Bir-Hakeim
Parking public

Alliance de l'esthétique et de la sophrologie

Ecoute réelle manuelle

Détente
Prise de conscience du corps

Séance découverte - 50 %

Places limitées
Tous les vendredis

Création/impression : Christophe BOISSON - www.pub1.fr / Crédit photo : istockphoto / Ingram