

# Année 2025 - 2026

Séance découverte le **Judi 11 septembre 19h** à la Maison des Projets (48 avenue de la Liberté 86180 Buxerolles)

« Bain de forêt » en forêt de Moulière pour les adhérents samedi 4 octobre 14h

## Début des séances semaine du 22 septembre

<b>Sophrologie Dynamique</b>	
<b>Lundi</b>	<b>18h</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Biard</b> Salle Rez de Jardin (mairie)
<b>Mardi</b>	<b>18h15</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Saint Benoit</b> Salle Varenne – Complexe Coquema
	<b>19h</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Poitiers</b> 56 Av de l'Europe (Couronneries)
<b>Mercredi</b>	<b>10h</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Poitiers</b> 56 Av de l'Europe (Couronneries)
	<b>19h</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Buxerolles</b> Maison des Projets
<b>Judi</b>	<b>18h</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span> <b>Poitiers</b> 56 Av de l'Europe (Couronneries)

## Atelier Sophrologie & Communication Non Violente (CNV)

*1 fois par mois : 18/10 ; 8/11 ; 6/12 ; 10/01 ; 7/02 ; 7/03 ; 4/04 ; 2/05 ; 6/06*

<b>1 samedi/mois</b> <i>Durée : 3h</i>	<b>9h30</b> <b>Buxerolles</b> Maison des projets
---	--

## Atelier Sophrologie mensuelle

*Vendredi : 10/10 ; 14/11 ; 12/12 ; 16/01 ; 13/02 ; 13/03 ; 10/04 ; 29/05 ; 26/06*

*Samedi : 11/10 ; 15/11 ; 13/12 ; 17/01 ; 14/02 ; 14/03 ; 11/04 ; 30/05 ; 27/06*

<b>Au choix :</b>  <b>1 vendredi <u>OU</u></b> <b>1 samedi/mois</b>	<b>Vendredi 20h <u>OU</u> Samedi 10h</b> <span style="float: right;"><b>2 ans de sophrologie</b></span> <b>Poitiers</b> 56 Av de l'Europe (Couronneries)
--	---

## Méditation

Vendredi	<b>17h Échange thématique</b> <b>18h Méditation</b> <span style="float: right;"><b>Tout public</b></span>  <b>Poitiers</b> 56 av de l'Europe (Couronneries)
----------	---



**Début des séances : Semaine du 22  
Septembre 2025**

## **Tarifs 2025 – 2026**

**\*\* Adhésion à l'association MVPLS** de 20 euros,  
quelle que soit l'activité choisie

**+ selon la ou les activités choisies :**

**\*\* Inscription à une séance  
hebdomadaire** : 140€ pour l'année

**\*\* Inscription à un atelier mensuel (CNV ou  
Sophrologie dynamique)** : 100€

**\*\* Tarif réduit pour  
Etudiants/Demandeurs d'Emploi/ Personnes en  
situation de handicap** : 80€

⇒ 50% de réduction si l'on fait une 2ème activité

*Possibilité de paiement en 1, 2, 3 chèques.*

Tout au long de l'année, l'association MVPLS propose également :

- Des "ateliers sophro",
- Des **rencontres intergroupes**,
- Des **stages d'approfondissement**,
- Sans oublier sa **riche bibliothèque**.

### **Informations :**

**Site :** [www.sophrologie-poitiers.fr](http://www.sophrologie-poitiers.fr)



MVPLS association de sophrologie



associationmvpls



mvpls.information@gmail.com



06.21.82.28.82

