

La rentrée se prépare chez HygieSport : un panel de recettes "Bien-être" pour 2025/2026



La rentrée se prépare chez HygieSport : un panel de recettes "Bien-être" pour 2025/2026

Hygie Sport propose une réunion de rentrée le vendredi 12 septembre à la salle des fêtes de Duran à 17h30 : les membres du bureau présenteront le programme des activités proposées pour 2025-2026.

Cette année, l'association animera des séances sur le thème « Des outils pour cultiver son bien-être mental » avec des conseils de nutrition, d'aromathérapie, de phytothérapie, de respiration consciente, de réflexologie, d'apithérapie, de pensée positive.... Après avoir présenté le programme des activités 2025-2026 et les divers intervenants, les membres du bureau procéderont aux inscriptions (cotisation 60 €/an).