

## CLUB LÉO LAGRANGE ARMENTIÈRES



## SECTION SOPHROLOGIE

[EN SAVOIR PLUS](#)

## L'histoire du CLLA Sophrologie

---

Le **CLLA Sophrologie** existe depuis janvier 2006, créé par *André Charpentier* (Master spécialiste en Sophrologie Caycedienne) et encouragé par *Christian Silvert*.

Valérie Petay, formée à la faculté de médecine de Lille, rejoint très vite André en devenant son bras droit et en animant des entraînements.

Avec deux adhérents au départ, la section accueille désormais près de 100 personnes.

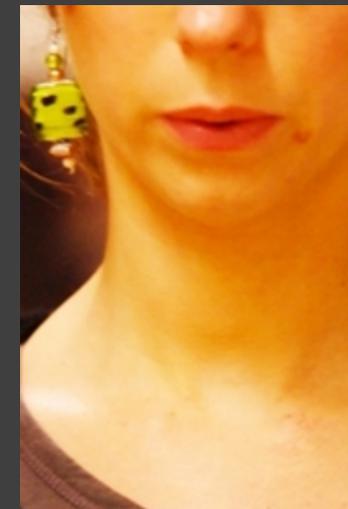
La Sophrologie est une science inventée en 1960 par le professeur Alphonso Caycedo (Professeur titulaire de la chair de la psychiatrie à l'université de Médecine de Barcelone).

Suite à divers voyages en Orient, il a adopté et occidentalisé plusieurs méthodes pour activer la connaissance de la conscience (basées sur la relaxation et la respiration).

Comme beaucoup de sophrologues, **André Charpentier** a été formé par ce grand professeur.

L'objectif du **CLLA Sophrologie** est de détendre les adhérents par des méthodes simples et efficaces qu'elles peuvent reproduire ensuite par elles-mêmes chez elles. La sophrologie permet de se relaxer, d'évacuer le stress et de renforcer ses capacités (la confiance en soit) et de développer sa créativité.

***Toute l'équipe du CLLA Sophrologie vous attend pour vous faire découvrir et partager leur travail du bien-être !***



LES INFORMATIONS

## Les informations du CLLA Sophrologie

---

### CONDITIONS

- Adhésion au **CLLA\***
- Pour tous à partir de 18 ans
- Aucune condition particulière n'est demandée à part respecter la charte du Club



### LES ENTRAINEMENTS

Les entrainements se font les **mardis soirs de 18h45 à 19h45** et les **jeudis matins de 9h30 à 10h30**.

Les **lundis soirs, de 19h00 à 20h00**, **André Charpentier** propose un entrainement beaucoup plus poussé de la sophrologie et à l'auto-hypnose.

Celui-ci est réservé aux personnes ayant fait au moins, une année de sophrologie.



### TARIFS

**\* ADHÉSION 2019/2020 CLLA**

- **90€ : 18 ans et plus**
- **65€ : Étudiants non salariés et demandeurs d'emploi (sur justificatifs)**  
*(valable du 1er septembre au 31 août 2020)*



● ➔ **CELA M'INTÉRESSE** ◀ ●

**LE TEAM**

## Le TEAM du CLLA Sophrologie

---



*Valérie Petay*  
Référente & Animatrice  
CLLA Sophrologie



*André Charpentier*  
Référent & Animateur  
CLLA Sophrologie

LIEU &  
CONTACT

## Lieu & contact du CLLA Sophrologie

### GOOGLE STREET CLLA SOPHROLOGIE



### LIEU

82, rue des Chauffours  
59280 Armentières

### CONTACT

Tel : 03 20 77 09 40

[secretariat@clla.fr](mailto:secretariat@clla.fr)

### LA SALLE DE SOPHROLOGIE



### GOOGLE MAP CLLA SOPHROLOGIE



### REJOIGNEZ LES RÉSEAUX SOCIAUX DU CLLA SOPHROLOGIE

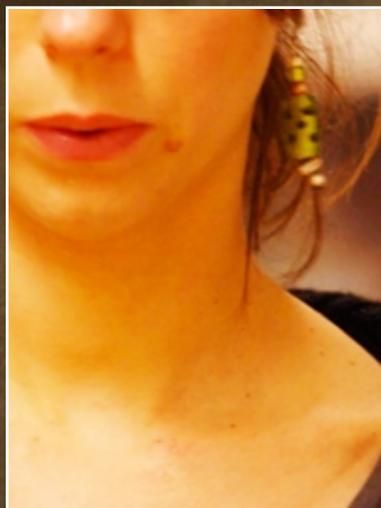


➡ CELA M'INTÉRESSE ⬅

PHOTOS

### LA VIDÉO DU CLLA SOPHROLOGIE





***Toute l'équipe de CLLA SOPHROLOGIE vous attend pour vous faire découvrir et partager leur travail du bien être !  
Pour votre développement personnel, rejoignez-nous vite !***

● ➔ **CELA M'INTÉRESSE** ◀ ●

