



Atelier culinaire indien avec éveil sensoriel



Mme BORGOGNON Gwendaline (Sophrologue)

INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu :

Début le samedi 14 janvier 2023

DURÉE : 03:00

Prix : 29.00 €

RENSEIGNEMENTS SUR TARIFS :

Le tarif inclut 13 € pour les ingrédients.

MATERIEL :

Une tenue dans laquelle vous serez à l'aise pour la partie sophrologie.

Un tupperware

CODE ACTIVITÉ : 202

DESCRIPTION

Cet atelier allie la cuisine indienne et la sophrologie pour une expérience riche en sensations.

Les exercices de sophrologie permettent un éveil sensoriel.

Et la cuisine indienne sublime cet éveil. Cette gastronomie est unique : elle est haute en couleurs, riche en saveurs et en odeurs grâce à une maîtrise parfaite des épices. La préparation de plats indiens vous ravira et la dégustation vous comblera !

Prenez votre billet pour un voyage sensoriel !

PRÉ REQUIS

OBJECTIFS

Proposer aux participants de découvrir la sophrologie de manière ludique et pour porter un autre regard sur son alimentation.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	14-01-2023	10:00	03:00	(), -