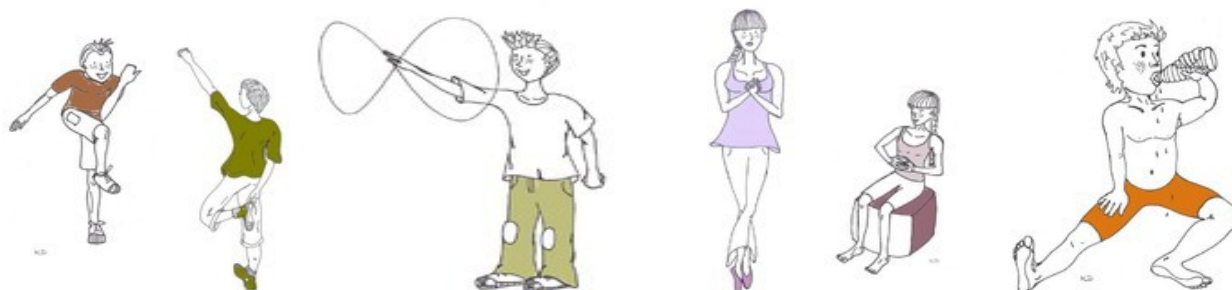




# Atelier BRAIN GYM

« *La Gymnastique Des Neurones pour Un Bien-être Quotidien...* »



**Le Brain Gym** est une série d'exercices corporels simples et amusants qui facilitent la vie quotidienne à la maison, au bureau et pour les enfants à l'école :

**Le Brain Gym** et ses bienfaits, pour améliorer :

**la concentration, l'adaptation, la mémoire, la créativité, l'organisation, la lecture, l'écriture, et développe la confiance en soi ...**

La pratique régulière du Brain Gym permet aussi de mieux gérer le stress et de développer tout son potentiel...

Avec le **Brain Gym**, vous aidez vos neurones à travailler, c'est essentiel !

Renseignements sur le site de FormEssentielle

Sur inscription au 06-87-01-93-01

