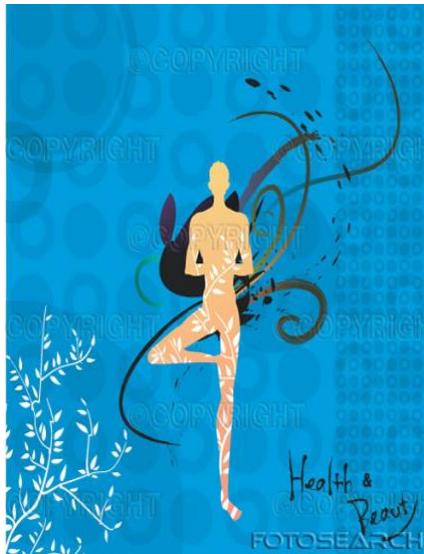


Cours de **YOGA** en **Août**

REMIRE Montjoly



Grâce au travail sur le Souffle, les étirements, les postures, la relaxation et la concentration, le Yoga contribue au développement harmonieux de la personnalité par une plus grande maîtrise de notre corps et un apaisement de notre mental.

Paule Grandisson, diplômée de la Fédération des Yoga Traditionnels, propose des **cours pour Adultes** .

Les Mercredis à 19h30 et les Jeudis à 8h30

12 € la séance

Pour tout renseignement contactez
L'Association loi 1901 « Yoga Respirer C'est Vivre »

06.94.44.33.41