

LE YOGA ?? Pourquoi pas....

L'Association « Yoga Respirer c'est Vivre » fait sa Rentrée et propose des cours de Yoga et Relaxation pour Adultes à Remire Montjoly.

Un cours de Yoga favorise presque instantanément la détente physique et mentale. On ressent ces bienfaits au niveau du dos, des articulations et de la souplesse. Cette discipline contribue au développement harmonieux de l'Être par une plus grande maîtrise du corps et de l'esprit.

Pour un ESSAI gratuit, renseignement et inscription, vous pouvez contacter Paule GRANDISSON, professeur de yoga diplômée de la Fédération des Yoga

Traditionnels au 06.94.44.33.41

TARIFS 2019/2020 1 heure par semaine

HORAIRES

Le Mois..... ..40 €

Le Trimestre 100 €

La Séance.....14 €

Frais d'inscription...15 €

Lundi 8h30 ou 19h30

Mercredi 19h30

Jeudi 8h30

Vendredi 17h15 ou 18h40

Aucun cours durant les vacances scolaires

Lieu : 491 Route de Montjoly

