

Le Pont

— Café associatif —

 COURS

YOGGA

DÉCOUVERTE





 MARDI 9 JUIN

 MARDI 16 JUIN

 ÉCOUTER
SES SENSATIONS

 MOBILISER
SON CORPS

 RESPIRER

 PRENDRE DU TEMPS
POUR SOI



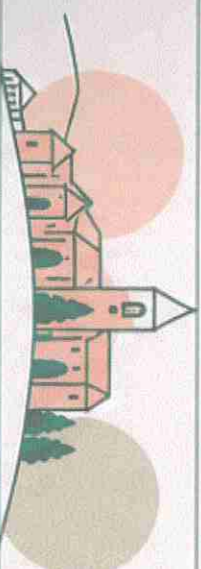
COURS DE YOGA DOUX :
MOBILITÉ ET PRANAYAMA
DE 17H À 18H15



COURS DE YOGA VINYASA
DE 18H30 À 19H45



SALLE POLYVALENTE
DE ST ÉTIENNE DE GOURGAS



 GRATUIT



RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION
AUPRÈS DE JADE
07 82 55 10 55



PRENEZ
VOTRE TAPIS

UN MOT DE PRÉSENTATION

Je m'appelle Jade et j'habite à St Etienne de Gourgas depuis maintenant trois ans. Je suis très heureuse de pouvoir partager cette pratique du yoga, qui me passionne, avec les habitant-es du village et de proposer un moment de rencontre, de respiration et de mouvement ensemble.

Au plaisir de vous rencontrer et de pratiquer ensemble.