



L'ASSOCIATION VIVRE LE YOGA ENSEMBLE

Vous propose un **cours de yoga**

Le mercredi de 19h à 20h

Au dojo, 10 rue Jules Ferry

A Walincourt-Selvigny

Professeure de Yoga formée par l'Institut Français de Yoga

Les inscriptions se font toute l'année

Le yoga est une discipline accessible à tous et à toutes quelque soit votre condition physique. Le yoga est la pratique d'un ensemble de postures, d'exercices de respiration, de méditation ... qui vise à apporter un bien être physique, mental et émotionnel et à réduire le stress.

Reprise des cours le 16 septembre 2020

Pour plus de renseignements, merci de contacter par mail

association.vivreleyogaensemble@laposte.net

ou de contacter le 06 19 43 51 69

