

Yoga

Cours à Lauret
Salle Marcel Miolane

Lundi matin 10h30

Jeudi soir 18h30

Tarif 12,50 euros

Engagement sur 10 séances

Première séance gratuite

Contact: 06 21 06 86 06





Caroline Littée

Pratique le yoga depuis plus de 30 ans
Diplômée de l'Ecole Française de yoga de l'Ouest

Le yoga est à la portée de tous. Grâce aux asanas (postures) nous visitons toutes les parties de notre anatomie. C'est dans la persévérance et l'effort que chacun d'entre nous progresse. Je vous accompagne dans cette voie.

*Le Yoga est une lumière, qui une fois allumée ne faiblit pas.
Plus vous pratiquez, plus la flamme est brillante.*

B.K.S Iyengar