



ALEXANDRA
KARDAS

COURS COLLECTIFS HATHA YOGA



TOUS LES MERCREDIS
de 18h30 à 19h30

TARIFS

Cours à l'unité ~ 15 euros

Carte 5 cours ~ 65 euros

Carte 10 cours ~ 120 euros

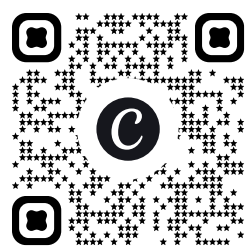
Abonnement annuel ~ 300 euros

 Salle communale de Francs

Infos et inscriptions



HELLO@ALEXANDRAKARDAS.COM



Inscriptions obligatoire

@paavani_jyot

COURS
D'ESSAI
12 EUROS



Ce cours mêle **postures**, **respiration**, **relaxation** et **méditation** pour un équilibre complet du corps et de l'esprit. **Ouvert à tous**, débutants comme initiés, à votre rythme et sans compétition.

À propos

Après une carrière dans le milieu corporate, je me consacre aujourd'hui pleinement au yoga. Formée dans la lignée Akhanda Yoga auprès de son fondateur, en Inde, j'enseigne depuis plusieurs années, en France comme à l'étranger.

À bientôt!
~ Alexandra

