

SONDAGE YOGA

L'association Hatha Yoga Ananda envisage de donner un cours de Hatha Yoga supplémentaire (cours déjà en activité le jeudi soir) à la salle des fêtes de Vaylats:

Le mardi ou mercredi matin de 10h à 11h30 (horaire modulable)

Pratique millénaire qui prend soin de toutes les parties de notre être, elle nous apprend à respirer, à nous redresser, à vivre en équilibre avec notre environnement. C'est un chemin vers soi, accessible à tous.

Nous aimerions savoir si vous seriez intéressés par cette proposition

MERCI de:

laisser un sms au : 06.61.74.88.39 (et aussi poser toutes vos questions à Hélène)

un mail à : hatha-yoga-ananda@mailo.com

visiter le site : hatha-yoga-ananda.fr

