

Hatha yoga en duo

Au dojo à St Christo
en Jarez



25 euros par personne

Atelier animé par

Charlotte Jacquemet

Inscription : 06 08 55 48 94 /

charlotte713@hotmail.fr

Samedi 26 avril
de 9h30 à 11h30

.....

**Etirements à l'aide de
postures et respirations**
**Relaxation au son apaisant
du Tongue Drump**

.....

Découvrez ou approfondissez
votre pratique du Yoga
Atelier à 2, avec un conjoint,
un enfant, un(e) ami(e)...

.....

*Prévoir : un binôme de la même
corpulence (environ), 2 tapis,
des couvertures et coussins, une
serviette éponge et un gobelet
Atelier suivi du verre de l'amitié
offert par l'association*



Avec l'association Yoga
Entre Jarez et Monts du matin

