

# SEANCES DE YOGA

Séances accessibles à tous, incluant la pratique de postures, de respirations et de relaxation. Nous apprendrons à respirer correctement, et à nous centrer sur le moment présent.



## **BROQUIES - SALLE SOUS LA MAIRIE**

Mardi 19h-20h15

Jeudi 10h-11H15

## **LE TRUEL - SALLE DE GYM**

Mercredi 19h-20h15

**Tarifs** (la 1ère séance est gratuite)

- 11€ la séance

- 45€ la carte de 5 séances

**Début des séances en Mai 2022**

**Inscriptions/Infos: Clémence - 07.61.46.67.59**