

# YOGA

*Association*

*Ici et Là-bas*



## Yoga Danse

Laisser le corps s'exprimer par le mouvement

**Lundi 20h** Salle des fêtes, St André D'Olérargues

**Mercredi 19h30** Salle du foyer , La Bruguière

## Yoga Diamant/Yoga du son

Postures statiques et dynamiques, associées à la respiration et la méditation.

**Mardi 9h30** Salle du foyer, La Bruguière

**Mercredi 9h30** Salle des fêtes, St Marcel de C.

1er cours offert

D'autres cours en ligne sur:

[https://www.patreon.com/yoga\\_conscience\\_lisa](https://www.patreon.com/yoga_conscience_lisa)

*www.unmondedeconscience.fr*

*Lisa 06 17 59 51 32*