

**SOULAGER LES MAUX
PAR SOI-MEME
DECOUVRIR SON CORPS**



YOGA
AVEC SARAH

BOULAY-LES-BARRES

A PARTIR DU 11 MAI
TOUS LES MERCREDIS

MATIN : 10H00

SOIR : 18H45

COURS D'1H À LA SALLE DES FETES

Tarif à la séance : 10€00*

SARAH DIPLOMEE YOGA VINYASA ET CERTIFIEE EN YOGA
SANTE INTEGRALE VOUS FERA DECOUVRIR :

- LE POUVOIR DU SOUFFLE
- DES POSTURES SANTE, ADAPTEES, FLUIDES
- RELAXATION : CULTIVER SON SILENCE INTERIEUR

Contact : 06 61 78 93 15

@ yogaenergiejoie@gmail.com