

NOUVEAU

COURS DE YOGA à Vandains

Première
séance
découverte
offerte

Les lundis de 18 à 19h

Yoga Vinyasa

- Salle des fêtes
- Tous niveaux

LE DÉROULEMENT

- ☆ Relaxation dynamique
- ☆ Enchaînement des postures au rythme de la respiration

LES BIENFAITS

- ☆ Renforcement des muscles profonds
- ☆ Travail de la souplesse, la force, et la concentration

TARIFS

Du 09/01/2023 au 03/07/2023

- abonnement : 130€ pour 6 mois
- Tarif à la séance 10€

Paiements :

espèce - chèque - carte bleue

Abonnement payable en 2 fois



Possibilité de commander un tapis : 10€

« LE YOGA EST UN ESPRIT LIBÉRÉ DE TOUTE FORME DE PERTURBATION »
- PATANJALI

julie.silvayoga@gmail.com



06 38 59 53 98



silvayoga.fr