



Yoga

CHATEL-GUYON

LA MOUNIAUDE, salle Cuvelier sauf le 15/11 salle Fayolle

Venez découvrir l'essentiel du yoga, pratique traditionnelle, posturale et respiratoire d'attention à soi. L'objectif de la pratique du Yoga est de dissoudre les tensions inutiles pour cultiver la souplesse, la vitalité et par-dessus tout la conscience et la positivité.

Séances animées par Cyril NOYELLE

14h30-15h30

Vendredi 20 Septembre 2024	Vendredi 8 Novembre 2024
Vendredi 27 Septembre 2024	Vendredi 15 Novembre 2024
Vendredi 4 Octobre 2024	Vendredi 22 Novembre 2024
Vendredi 11 Octobre 2024	Vendredi 29 Novembre 2024
Vendredi 18 Octobre 2024	Vendredi 6 Décembre 2024

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

