

PUGET LOISIRS YOGA



Nicole BRUN, notre professeur de Yoga, enseigne dans la salle des fêtes de PUGET les Vendredis de 11h00 à 12h30 : (8 € par séance)



Pratique philosophique, le yoga a traversé plusieurs millénaires et reste très moderne, par son approche corporelle et sa relation au souffle, il nous amène à entrevoir une relation avec le mental pour pratiquer dans la non-violence du geste.



Plus de renseignements auprès de :

Nicole BRUN
06 73 50 21 93

Inscrivez-vous sur la liste de diffusion afin de recevoir les informations spécifiques à cette activité.