

MÉDIA CAVE ST-DÉSERT



la Yoga Pause

cours de yoga

Une pause pour le corps et l'esprit...

Cécilia Reboul

Diplômée par l'Ecole Française de Yoga

RENFORCEMENT MUSCULAIRE
POSTURES TONIQUES
RESPIRATION
RELAXATION



**« Prends soin de ton corps
pour que ton âme ait envie d'y rester. »**
Proverbe indien

Les LUNDIS de 19h00 à 20h30

Début des Cours le 10 SEPTEMBRE 2018

Carte

**en vente à la médiathèque
de St Désert ou lors du cours**

5 cours à 40 euros

10 cours à 75 euros

**ESSAI
GRATUIT**



Renseignements

Sylvie WATTEBLED

- 07 85 62 62 16
- wattedledsylvie@icloud.com

Marie MOREY

- 06 10 15 58 60
- mamie-nova71@hotmail.fr

Marie-Edith GROISON

- 06 51 65 11 22
- me.groison@wanadoo.fr