



Cours de yoga

Envie d'allier renforcement musculaire, tonicité, et souplesse, à un travail sur la respiration ?

Laissez-vous guider par Sasha, notre experte yogi.

Pour l'instant nous vous proposons 4 créneaux d'1h :

- mardi 12h15-13h15
- mercredi 10h30-11h30
- jeudi 17h30-18h30, ou 19h-20h

Pour vous inscrire, rien de plus simple, envoyez nous un simple sms au 06.62.13.15.36, ou inscrivez directement votre nom sur le planning papier disponible à la salle.

Tarif: 12€ la séance

Possibilité de louer tapis + ceinture + bloc pour 2€