



Vous propose

STAGE DECOUVERTE YOGA

Par Emmanuelle Riffart

« Conseillé à des personnes curieuses de découvrir le fondement du yoga et d'en expérimenter sa pratique.

Le yoga est un instant particulier qui nous amène vers une attention plus fine de nos ressources intérieures : observation de sa respiration, de ses possibilités dans la posture, conscience de l'instant, apaisement et joie. »



Samedi 10 septembre de 9h30 à 11h30

Salle du Dojo (MJC)

Tarif Adhérent 29€

Tarif non-adhérent 36€

Si inscription à l'activité yoga à l'année, avoir de 15€ sur le stage

Information et inscription jusqu'au mercredi 31 Août 17h30 après rendez-vous au Forum des Associations le dimanche 4 septembre de 9h à 12h à la Salle Communale D'Allinges
mjc-allinges@wanadoo.fr / 04.50.26.55.11 inscription en ligne via goasso.allinges.org