



COURS COLLECTIFS A LA RIPPE !

**Tous les jeudis matin
De 9h à 10h15**



QUI REGARDE AU DEHORS RÊVE. QUI REGARDE AU-DEDANS S'ÉVEILLE. Carl Jung

Le yoga développe la souplesse et travaille les muscles en profondeur, et permet également d'apprendre à mieux respirer, à faire circuler les énergies et à trouver sa paix intérieure.

Prendre le temps de regarder en nous-mêmes et d'être totalement dans le moment présent au-delà des exigences, de la vitesse et du stress de notre société...

**...Bienvenue ! Pour découvrir ou partager une pratique matinale,
Séances de yoga niveau débutant.**

Lieu : abri de protection civile, la Rippe - situé à l'arrêt de bus à l'entrée du village. Parking public à disposition.

Horaires : 9h - 10h15

Prix : 25.- la séance, payable en espèces sur place. Merci de prévoir le montant exact.

Matériel : tapis de yoga non fourni ou sur demande



Renseignements et inscriptions :

Nadia Maherzi Armanios : 079 453 53 96 ou alkimyasante@gmail.com