



ET SI VOUS VOUS METTIEZ AU YOGA A LA RENTREE ?

Diplômée de la formation initiale Hatha Yoga (200 heures) par la Fédération de Green Yoga et diplômée en Yin Yoga par Philippe Beer Gabel (50 heures), je vous propose des cours de Yoga dans la salle "Couleurs de soi" 9 Boulevard de Verdun à Aurillac.

Je dispense des cours de Hatha Yoga (pratique traditionnelle de yoga) et de Yin Yoga (yoga plus doux, cherchant la profondeur, l'immobilité) aux horaires suivants :

--> Mardi 17h30-18h45 et 19h15-20h30 : **Hatha Yoga**

--> Mercredi 17h30-18h45 : **Yin Yoga**

19h15-20h30 : **Hatha Yoga**

--> Vendredi 17h30-18h45 : **Hatha Yoga**



PRIX initial : 100 euros – PRIX adhérent à l'amicale : 90 euros pour 10 séances

Alors n'hésitez plus et venez tester

NAMASTE