



ATELIERS HATHA YOGA

Programme des ateliers pour la saison 2023
2 séances au choix en petit groupe

Samedi 15h à 18h

Accueil & installation 15h-15h15

Atelier 15h15-17h30

Yogi Tea et échange 17h30-18h

Dimanche de 9h à 12h

Accueil & installation 9h-9h15

Atelier 9h15-11h30

Yogi Tea et échange 11h30-12h

23-24 Septembre : Accueillir l'automne

11-12 Novembre : Gérer le stress et apaiser les tensions

Tarif : 30€ la séance

Lieu : Saint-Clément de Rivière chez Nathalie

Professeur : Valérie

Crédit photo ©Catherine Mezenge