

Séances de YOGA en ligne (Visios et Vidéos)

Bonjour à tous,

En ce temps de crise, quoi de plus important que la santé et le moral ?

Le Yoga peut vous aider à garder les deux, alors n'hésitez pas à nous contacter :

Centre.vie.en.yoga@free.fr

Ou : 06 18 10 81 34

Nous vous proposons des cours de 4 niveaux : des néophytes aux personnes ayant déjà une grande expérience en yoga.

Un cours spécifique de Yoga Maternité est proposé également.

Ces propositions vous donnent accès à des cours en « visioconférence » (6 horaires possible pour les débutants et plusieurs horaires pour les autres niveaux) et 2 vidéos par semaine (des séances de yoga complètes).

En attendant la réouverture du Centre Vie en Yoga, une réduction est appliquée, destinée à ces séances non-présentielles.