



PLONGER EN SOI SE RETROUVER

20 octobre 2019 -10h/13h

Hatha Yoga & Pranayama : Les fondamentaux

17 novembre 2019 -10h/13h

Hatha Yoga & Pranayama : Vers la fluidité

5 décembre 2019 -10h/13h & 14h30/17h30*

Hatha Yoga & Yoga Nidra : Soleil d'hiver / Lumière intérieure

12 janvier 2020 -10h/13h

Hatha Yoga & Pranayama : Manipur, le centre énergétique du ventre

2 février 2020 -14h/17h

Hatha Yoga : Prendre Place, l'Assise

1^{er} mars 2020 - 10h/13h

Hatha yoga : Prendre Confiance, Equilibres

INSPIRATION YOGA

Les Ateliers du
Dimanche à
Montpellier

.....

Un rendez-vous
mensuel
chez

Sattva Yoga
465, av. du Pont
Trinquat

.....

**LES PLACES
SONT LIMITÉES
PENSEZ A RÉSERVER !**

Tarif par session : 30 euros
*50 euros pour la journée

Journée complète de yoga
chaque trimestre dans un
cadre verdoyant à Lattes

CONTACT :

FRANÇOISE

06 30 35 34 55

francoisebisson@yahoo.com

www.inspirationyoga.fr