



Yoga sur chaise

Pratique adaptée pour tous

Etre en bonne santé grâce au yoga

Bouger en douceur, respirer profondément, se relaxer,
des exercices simples pour tout le corps.



Vendredi 10h45 à 11h45

Salle F.Mistral

5 € la séance - Adhésion 5 € - 1 cours d'essai gratuit

Centre Social l'Aiguier La Tour D'Aigues

www.centresocialaiguier.com

Inscription et renseignement : 04.90.07.23.00

