



# COURS DE NATHA YOGA

TOUS LES JEUDIS, 18H A PUY SANIERES  
(SALLE DES FETES / SOUS LA MAIRIE)

ENEZ VOUS RELAXER, APPRENDRE A MIEUX RESPIRER,  
ETIRER ET MUSCLER VOTRE CORPS EN CONSCIENCE..

MATERIEL NECESSAIRE : TAPIS / PLAID / TENUE CONFORTABLE  
TARIF : 10€ LA SEANCE / COURS DEBUTANT & INTERMEDIAIRE  
(PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES)  
PLUS DE RENSEIGNEMENTS AU : 07.61.66.00.46