



Yoga du Rire

SAINT-HILAIRE-LA-CROIX

Salle Marcel Rougier, 1er étage du Prieuré

Le yoga du rire est un concept facile, accessible, immédiat et efficace, reposant sur des exercices rythmés par des respirations profondes et des étirements doux. Cette méthode vous permettra d'accéder à un rire spontané et libérateur, bon pour la santé. Pas besoin de sens de l'humour ni de talent particulier, plus on pratique le yoga du rire, plus le positif s'installe en nous.

Séances animées par Catherine DECLERCQ

Lundi 17 Mars 2025

Lundi 31 Mars 2025

14h00-15h30

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

