



Yoga

MOUREUILLE

Salle des Associations

Venez découvrir l'essentiel du yoga, pratique traditionnelle, posturale et respiratoire d'attention à soi. Allongé, debout ou assis, vous pratiquerez dans l'objectif de dissoudre les tensions inutiles pour cultiver la souplesse, la vitalité et par-dessus tout la conscience et la positivité. Vous respirerez à pleins poumons, le cœur ouvert et vous reconnecterez au meilleur de la vie dans la joie, la confiance et le calme intérieur.

Séances animées par Cyril NOYELLE

10h00-11h00

Vendredi 26 Septembre 2025	Vendredi 14 Novembre 2025
Vendredi 3 Octobre 2025	Vendredi 21 Novembre 2025
Vendredi 10 Octobre 2025	Vendredi 28 Novembre 2025
Vendredi 17 Octobre 2025	Vendredi 5 Décembre 2025
Vendredi 7 Novembre 2025	Vendredi 12 Décembre 2025

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 avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

