CLIC
Riom Limagne Combrailles

Yoga

PIONSAT

Salle Puy-de-Dôme à la Mairie

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

14h30-15h30

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.

AGIR POUR NOS AÎNÉS • CONFÉRENCE DES FINANCEURS • CdF 63