

Association C'est bon pour la santé

L'association propose des cours réguliers de yoga et karaté, des événements, rencontres, stages.

Karaté

Les cours sont ouverts à tous à partir de 15 ans

Lundi 17 h/ 18h30 Cours débutant avec accompagnement individuel (prêt de kimono)

Une séance de découverte est offerte avec prêt de kimono

Vendredi 18h30/20h Samedi 11h/12h30

Animateurs : Gérard et kéo

Yoga

Jeudi 10h/11h30 18h30/20h

Une séance de découverte est offerte avec prêt de tapis

Animatrice : Betty

Séances à la demande

Vendredi 16 /17h

Des séances de Qi Gong et Pilates peuvent être programmées ponctuellement à la demande d'un groupe d'adhérents

Les événements programmés ou en cours de préparation seront présentés sur notre page Facebook Dojo de la duboise .



Venez les rejoindre pour pratiquer Yoga,





Contact

Adresse : 1 rue Chêne Millot
10130 Eaux-Puiseaux

Téléphone : +33 (0)6 88 32 18 65

Email : cestbonpourlasante@orange.fr

Page facebook :
profile.php?id=100086661788563

