Nature et Vie

Yoga Nature et Vie, c’est bien plus que du bien-être par la posture : c’est un véritable moment avec Soi, une parenthèse pour se ressourcer, se recentrer et prendre soin de soi.
Accessible aux débutants et aux personnes en difficulté physique, corrections individuelles, ambiance bienveillante, concentrée et joyeuse.

Plusieurs possibilités de pratique vous sont proposées :

Votre cours à Aix-Villemaur-Pâlis :

Yoga à la MJC
• Le vendredi
De 10h30 à 11h45

Yoga à Palis
• Le lundi de 17h00 à 18h15
• Le mardi de 18h00 à 19h15

D’autres cours sont également dispensés :
• Cours individuels : nous contacter
• Cours collectifs à Bagneaux

Les cours se font sur inscription, avec la possibilité de participer à un cours d’essai gratuit. Des tarifs adaptés sont également proposés.

Pour tout renseignement ou inscription, n’hésitez pas à nous contacter.



Contact

Adresse : Mairie
89190 Bagneaux
Téléphone : +33 (0)6 18 75 01 69
Email : yoga.natureetvie@gmail.com
Site internet : natureetvie.org/

