



Deux disciplines de maîtrise de soi pour prendre **conscience** de son corps et de ses tensions, de son **équilibre**, de sa respiration et pour se **relaxer**.
Cours assurés par des enseignantes diplômées.

YOGA QI GONG

SIGOULÈS

Lundi 17h00
18h30
Mardi 18h30

EYMET

Mardi 9h30

SIGOULÈS

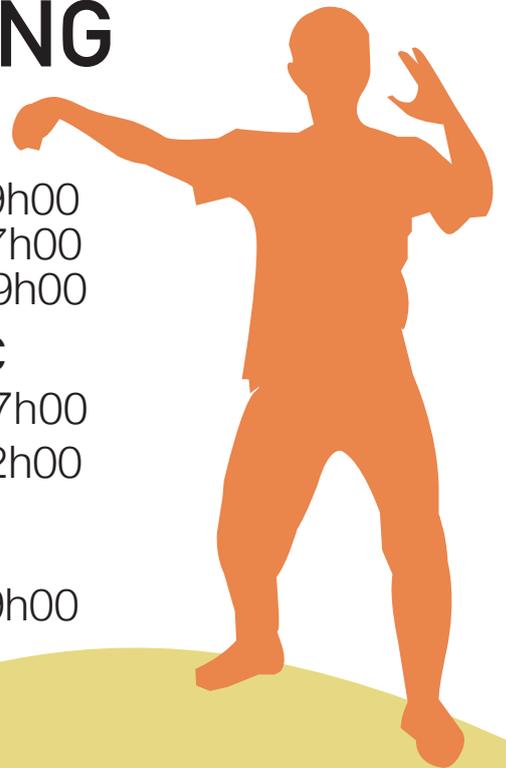
Mercredi 19h00
Mardi 7h00
9h00

BERGERAC

Lundi 17h00
Mardi 12h00

EYMET

Jeudi 19h00



Informations:
contact@yoga-sigoules.fr
www.yoga-sigoules.fr