

NOUVEAU

PRATIQUE DU YOGA SUR CHAISE

LE YOGA
DANS LA VIE...
AGIR POUR SE TRANSFORMER



TECHNIQUE DE YOGA SUR CHAISE

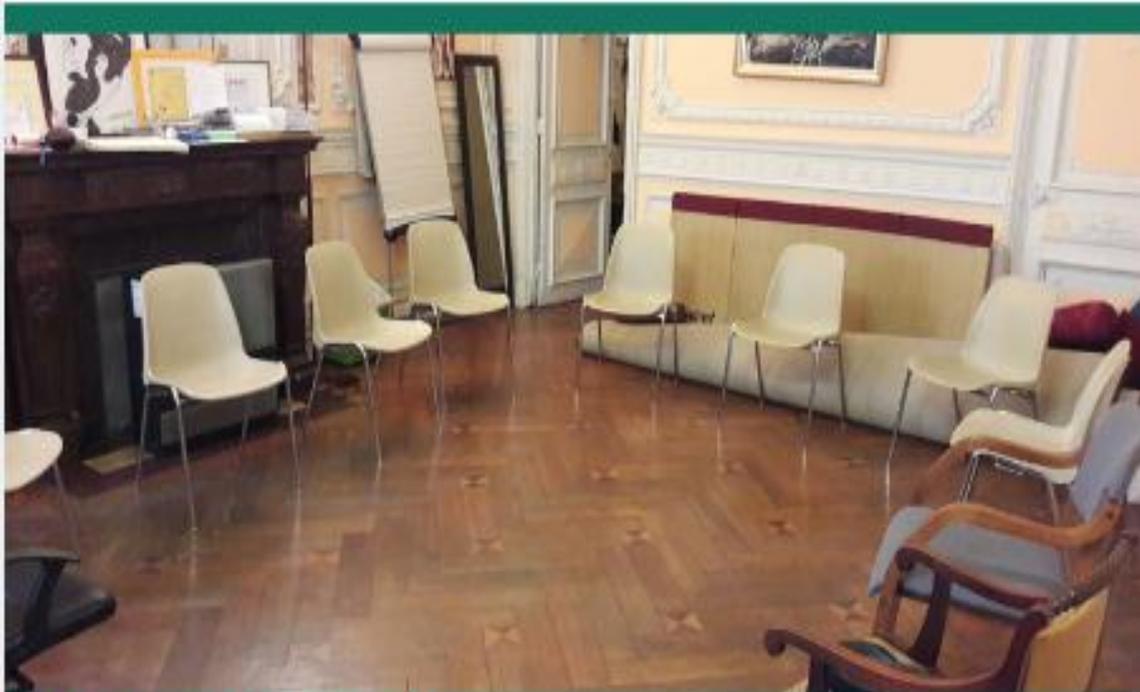
- Gestion des angoisses
- Action sur l'amélioration de la circulation et l'élimination des toxines de l'organisme
- Contribue à une meilleure forme physique, veille au maintien de la tonicité musculaire (mal de dos)
- Favorise une meilleure santé morale, lutte contre les états dépressifs
- Stimule une vie sociale plus épanouie, échanges, rencontres et partages à travers la pratique régulière.

Expérience en Association et en Entreprise depuis 2012

YOGA SUR CHAISE - MARSEILLE

Tous les vendredis de 9h30 à 10h30

LE CHEMIN VERT ,10 RUE ST JACQUES 13006 MARSEILLE



NOTRE APPROCHE

Parce qu'il n'y pas un Yoga pour tous, mais un Yoga pour chacun.

Toute personne peut prétendre pratiquer selon ses propres possibilités.

NOS COORDONNEES



Le Chemin Vert, 10 rue Saint Jacques 13006 Marseille

à 5 minutes de la Préfecture - Arrêt de TRAM : Dragon-Rome (ligne T3)

UNE FORMULE SOUPLE

Tarif au cours (10 €) ou au carnet (90€ pour 10 cours) utilisable toute l'année



yogactions@gmail.com - Tel: 06.04.52.18.74

Visitez notre site internet : le-yoga-dans-la-vie.com

ORGANISATION : sur réservation

Pour vous inscrire

- par mail yogactions@gmail.com
- par tel /sms au 06.04.52.18.74 (laisser le message ainsi que vos coordonnées : nom - prénom et la date de réservation souhaitée).

Une adhésion annuelle à l'association YOG'Action de 15 € est à prévoir en sus (assurance).