



Professeure de yoga
20 ans de pratique en Ashtanga yoga
Formation Hatha yoga et vinyasa yoga



ça se passe à deux pas de chez vous !!!

**NOUVEAUX CRENEAUX HORAIRES
POUR LES COURS DE YOGA A LA
MAISON DES ASSOCIATIONS DE
RENNEVILLE**

**LES COURS ONT LIEUX TOUS LES JEUDIS
DE 18H00 A 19H15
ET DE
19H30 A 20H45**

**ICI PAS BESOIN D'ÊTRE SOUPLE COMME UN SPAGHETTI
NI DE SAVOIR FAIRE LE POIRIER
POUR VENIR AU YOGA !**

**ON PRATIQUE À SON RYTHME, SELON SES POSSIBILITÉS.
ON BOUGE, ON RESPIRE, ON S'ÉTIRE, ON SE DÉTEND..
ET PARFOIS ON RIGOLE AUSSI !
PAS DE COMPÉTITION. PAS DE PERFORMANCE..
PAS DE JUGEMENT..**

**ALORS POURQUOI NE PAS VENIR FAIRE
UN COURS D'ESSAI ?
C'EST GRATUIT ET C'EST PAS TROP TARD**

**POUR ME CONTACTER
0638406378
OU**

yogavitalite31@gmail.com