

**Tonus**

**Relaxation**

**Equilibre**

**Détente**

**Souplesse**

**Respiration**

# **YOGA**

**Débutant**

**2020/2021**

**3 lieux / 5 cours**

**Aulon: Lundi 18h-19h15 et 19h30-20h45**

**Landorthe: Mercredi 18h-19h15 et 19h30-20h45**

**Sepx: Jeudi 18h-19h15**

**1 ère séance offerte**

**Cartes "10 cours" valables toute l'année**

**Renseignez-vous !**



**Animé par Sandy**

**07 67 57 07 58**

**sandyogacomminges@gmail.com**

**Facebook: SandYoga**