



Namaste amie / ami du yoga

Vibrons ensemble autour d'une pratique de yoga qui va nous permettre d'entrer en lien avec notre **Etre Profond**.

C'est ce que vous propose d'expérimenter Martine **BOVARD**.

Au travers du corps, du souffle et de la conscience, venez vivre l'instant présent et découvrir ou approfondir l'état de méditation.

Quand :

Le samedi 24 septembre 2022, de 9h à 12 h.

Où :

A la salle de physiothérapie **d'Esprit Sport**, rue des Pêcheurs 7, 1400 Yverdon-les-Bains

Prix :

Fr. 60.--, payable d'avance sur l'I-Ban : CH32 0900 0000 1004 4316 7 ou par twint.

Matériel :

Prenez votre tapis de yoga (quelques uns sont disponibles sur place).

Un coussin

Une couverture

Boissons et collation à disposition.

Le stage aura lieu à partir de 4 personnes (max. 10).

Pour tout renseignement et inscription, contactez **Martine Bovard**
078 842 20 53. www.yoga-yverdon.com

