



COURS COLLECTIFS
ATELIERS CORPORELS
STAGES

TOUT PUBLIC
débutants, initiés, confirmés

vous propose

des cours de gymnastique ciblée (*le Geste Anatomique®*) conçus par Blandine Calais-Germain kinésithérapeute. **Prévention, maintien, amélioration** pour une meilleure qualité de vie, et parce qu'il n'y a pas d'âge pour préparer l'avenir

Colonne et dos (*Abdos sans risque®*)

Lundi 19h15-20h15

des cours de YOGA

Lundi

14h00-15h15
 17h45-19h00
 20h30-21h45

Vendredi

10h00-11h15

cours annuel

Il est possible de commencer tout au long de l'année selon les places disponibles.

Osez vous accorder ce temps.

Site internet : <http://www.breal-yoga.fr/> mel : breal.yoga@laposte.net - tel. : 07.83.50.56.24

Bréal Yoga 11 rue de Goven 35310 Bréal sous Montfort

Je soussignée, Offre un cours de YOGA

à (nom-prénom-adresse)

Je joins à cet effet, un règlement à l'ordre de Bréal Yoga d'un montant de 14€

Fais à Le signature



Si vous connaissez le choix horaire de la personne :

Votre jour et horaire :

Valable jusqu'au 30 juin 2020

Le yoga c'est la relation à soi, c'est la relation au monde.

« Osez vous accorder ce temps »