



COURS COLLECTIFS  
ATELIERS CORPORELS  
STAGES  
TOUT PUBLIC  
débutants, initiés, confirmés

vous propose **des cours de YOGA**

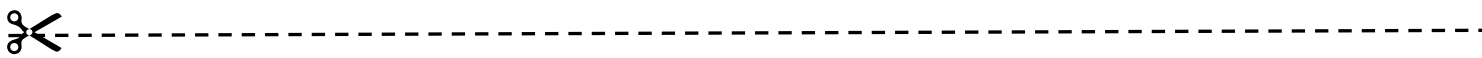
**YOGA**  
*Il est possible de commencer tout au long de l'année selon les places disponibles*  
**cours annuel**  
**Lundis** : ☐14h00-15h15  
☐17h45-19h00  
☐20h30-21h45  
**Vendredis**  
☐10h00-11h15

**Des cours du «Geste Anatomique®**

- Colonne et dos (*Abdos sans risque®*) : les lundis 19h15–20h15 cours annuel
- Périnée et Mouvement® - cycle de 15 cours vendredi de 19h00-20h00 et stages
- Sinovi® pour des articulations plus mobiles - jeudi 10h00-11h15
- Cervica® pour le cou, les épaules, la tête : ateliers ou cours

Osez vous accorder ce temps.

Site internet : <http://www.breal-yoga.fr/> mel : [breal.yoga35@gmail.com](mailto:breal.yoga35@gmail.com) - 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 de la saison en cours*  
  
*Le yoga c'est la relation à soi, c'est la relation au monde.*  
**« Osez vous accorder ce temps »**