



L'association « Yoga Pilat » vous propose :

des cours de yoga assurés par Valérie ESSERTEL
Professeuse diplômée de l'EFYARA
(Ecole Française de Yoga Auvergne Rhône-Alpes)

Les mercredis de 9h30 à 11h00
Dès le 15 septembre 2021, salle communale (salle des fêtes)

Pas de cours pendant les vacances scolaires

Cours adultes 230€ l'année + 15€ d'adhésion à l'association

1ère séance gratuite

Prévoir :

- 1 tapis de sol
- 1 plaid (relaxation)
- 1 coussin pour l'assise

Renseignements et inscriptions :
06-70-38-89-90