



**DIMANCHE 4 MAI 2025**

🕒 10h30 - 13h00 - SÉANCE 1

🕒 14h00 - 16h00 - SÉANCE 2

## Séance Śivānanda

Que vous soyez novice cherchant à explorer les bases du yoga ou pratiquant expérimenté désireux d'affiner votre technique, la Séance Śivānanda promet une immersion enrichissante dans la tradition millénaire du yoga. Venez découvrir la magie des effets des postures sur la décontraction et l'apaisement du corps, la clarté mentale et la paix intérieure.

**13 €** adhérent.es

**15 €** non-adhérent.es

**Inscription:**

📞 **07 82 85 69 99**



Lieu

**Salle Jules Fromage**  
Salle de danse et de yoga

889 route du Moutet, 82210  
Saint-Nicolas-de-la-Grave



Yoga Wlad

Informations complémentaires :

[yogawlad.com](http://yogawlad.com)

