



Prendre soin de Soi
à travers
le Corps et le
Souffle



Yoga Détente au Refuge de Sales

les 23 et 24/06 - les 01 et 02/09



Cours collectifs ouverts à tous, 1h15

Les lundis de l'été à 9h au Lac aux Dames à Samoëns

Les mardis de l'été à 10h15, au jardin de la Chartreuse de Melan, à Taninges

Les Mercredis à 18h, jardin derrière la Mairie de Sixt-Fer-à-Cheval (sauf 28/07)



"Escapade Nature, À la rencontre de Soi"

**Marche sensibilisée par le yoga, accessible à tous, avec Agnieska,
accompagnatrice en montagne**

Les 16 et 23/07 - les 06,13,27/08. à 9h. Durée: 2h30. Lieu à préciser



Cours particulier HathaYoga ou Yoga sur Chaise

à domicile



Contact

Association YOGISATTVA

Orelia Marchal Tél. 06 11 76 06 39

Professeure diplômée de l'Institut Eva Ruchpaul

associationyogisattva@gmail.com