

ATELIER YOGA DU FROID

DIMANCHE 4 OCTOBRE 9H-11H

FACE MONT BLANC-PAYS DE GEX - 45€

Accompagné.e par une professeure certifiée et expérimentée, vous vous découvrirez des ressources mentales et des capacités d'adaptation physiques au froid insoupçonnées grâce à des techniques d'éveil du feu intérieur. Vous apprenez à faire face aux défis avec conscience et sérénité, en observant les émotions qui se présentent naturellement.

YOGA
un art de Soi

**LE FROID, UN ALLIÉ DE
VOTRE SANTÉ
POUR PLUS DE VITALITÉ ET
DE FORCE INTÉRIEURE !**

Infos/Inscriptions

www.yogaunartdesoi.com

