

Atelier Yoga et Sommeil

Lieu :
Salle polyvalente - Centre Sportif Marie Amélie Le Fur

Retrouver un sommeil de qualité par la pratique du Hatha Yoga et du Yoga Nidra.

Accessible aux débutants

Sur inscription préalable (nombres de places limitées) : Tarif 30 €

Renseignements au 06 24 36 81 91

Organisé par Un Temps Pour Soi

Publié le 15 janvier 2024