

## Séance de Yoga-Nidra Relaxation

Lieu :  
Centre Sportif Marie-Amélie Le Fur - Salle polyvalente

---

Technique de relaxation très profonde, sans mouvement, accessible à tous (à partir de 16 ans)

Sur inscription préalable - nombre de places limité  
Tarifs : **10 €** (adhérents) - **15 €** (non adhérents)

Renseignements au 06 24 36 81 ou par mail [untempspoursoi@ecomail \[dot\] fr](mailto:untempspoursoi@ecomail.fr)  
Organisée par Un Temps Pour Soi

Publié le 10 février 2025