



Le club de Yoga d'Ymare vous propose 2 activités



Pratique du Yoga Iyengar

Horaire des séances

Tous les mercredi à 18h30 hors vacances scolaires à partir du 12 septembre

Tarif de la saison

125 € pour les adhérents des communes d'Ymare et de Quévreville la Poterie

140€ pour les autres communes

La pratique se fait dans la salle de judo d'Ymare.

Le club fourni tout le matériel sauf le tapis.

D'autres activités comme des stages peuvent être proposées durant l'année.

Ateliers Collectifs de Sophrologie

Atelier 1 : Mieux Vieillir

À partir du mardi 2 Octobre 2018 : 17h30-18h30
12 séances 150€

Atelier 2 : Apprivoiser son stress

À partir du mardi 2 Octobre 2018 : 18h45-19h45
6 séances 90€

Atelier 3 : Le sommeil est d'or

À partir du mardi 16 Octobre 2018 : 18h45-19h45
6 séances 90€

Ateliers pratiqués à la salle des fêtes d'Ymare

Attention nombre de places limité pour les 2 activités

Pour tous renseignements ou inscriptions, veuillez visitez notre site ou contacter

Mr Yannick Galpin 06 -12- 40 -88 -01

ygalpin27@free.fr

Site internet : <http://yoga-ymare.e-monsite.com>

