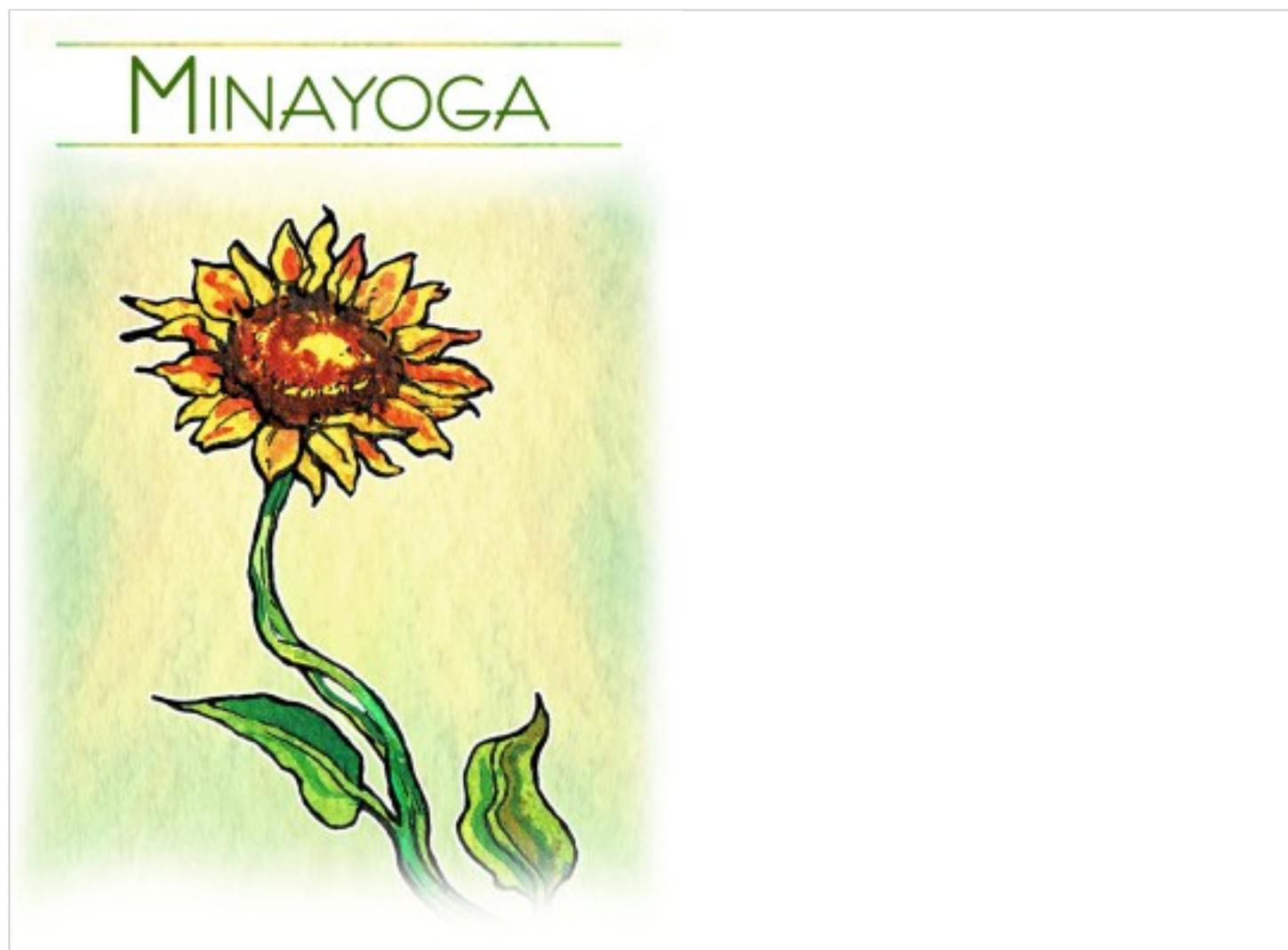


MinaYoga

Cours de Yoga à Montpitol



Présentation

Des cours de Hatha Yoga tous niveaux dispensés par un professeur formé à l'École Nationale de Professeur de Yoga. Les cours sont basés sur la respiration, la relaxation et l'assouplissement avec une alternance de postures relaxantes et dynamiques adaptées selon les possibilités et l'âge de chacun.

Les lundis 19:30 – 20:45 / les jeudis 9:30 – 11:00

Les mardis 19:30 - 20:45 à partir de septembre 2022

Site web

yoga-montpitol.business.site



Contact

 maitrimina@gmail.com