

Association « Bien Vivre en Yoga »



YOGA PARENT/ENFANT

A partir de 3 ans



A travers des **Postures en duo** et des **Jeux**
Partager avec son enfant

Un moment de **Complicité** et de **Détente**

Une séance de yoga **ludique** et de **rires**

Écoute de soi et des autres

*Nul besoin de
pratiquer le Yoga !*



Samedi 23 mars 2024 – de 10h30 à 12h

Salle Saint-Maurice - Annexe mairie de Les Marches

Tarif unique : 15€/duo

Inscription obligatoire : bienvivreenyoga@gmail.com

Contacts : Marie-Bénédicte CHAFFANGEON (présidente) 06.28.84.37.84
Nadine ZEN (professeur) 06.16.92.64.02



Venir avec tapis et tenue confortable