

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](mailto: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*