



YOGA



POUR LES ENFANTS

Ateliers de découverte
pour les enfants de 7 à 12 ans



Découvrir des postures de Yoga

Développer l'écoute et la concentration

S'ouvrir à la créativité

Se relaxer...

Samedi 27 octobre 2018 10h à 12h

Mercredi 13 février 2019 15h à 17h

Mercredi 10 avril 2019 15h à 17h

Salle : l'Atelier d'en Ô Vertou

Tarif : 30 euros

Pour tous renseignements, n'hésitez pas à me contacter :
Mitsuko LESPAGNOL Enseignante de Yoga formée à l'I.F.Y

06 09 09 17 16 mitsukolespagnol@yahoo.fr