



YOGA POSTURAL

Pratiquer dans le confort de chez vous

2 rdv par semaine de 30 minutes avec Aurélie (Kundini) et Greg et observer les bienfaits d'une pratique régulière

Sessions live et enregistrées

20h30-21h **les lundis et vendredis** du mois de mars soit **9 cours du 3/03 au 31/03** (3, 7, 10, 14, 17, 21, 24, 28, 31 mars).

Tarif pack 9 cours : 55€

Même un petit espace ou peu de matériel suffisent, le Yoga peut se pratiquer n'importe où!
Les vendredis soirs pour relâcher les tensions de la semaine et les lundis soirs pour bien la démarrer.

30MIN "VOUS & MOI"

Pratiquez en individuel avec Aurélie (Kundini) qui répondra à vos besoins et vous proposera des postures parfaitement adaptées.

A votre rythme, selon votre emploi du temps:

- le matin au réveil
- en journée si télétravail
- le soir ou le weekend pour se réenergiser

Restez dans le confort de chez vous et retrouvez Aurélie en ligne pour un cours privé!

Tarif: 30€

Pack de 6 séances privées: 160€



Auriayoga,
admin@auriyoga.com