



PORTES OUVERTES

YOGA • DANSE • GYM DOUCE

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE

Cours gratuits - sur inscription

9h30 - 10h
Accueil thé/café
rencontre avec l'équipe

10h - 10h45
Cours de yoga
Vinyasa

11h-11h45
Cours de yoga
lyengar

12h - 12h45
Cours de yoga
sur chaise

14h30-15h45
Cours de yoga
lyengar et régénérateur

16h-16h45
Gym douce

17h-17h45
Danse

18h-18h30
Pot de clôture

**Massages
ayurvédiques
sur chaise offerts**



De 13h à 14h30
Créneaux de 10 min

Places limitées
sur inscription

06 10 23 45 90



46 rue du Chemin de fer,
77400 LAGNY-SUR-MARNE
admin@auriayoga.com

