

Vic Vinyasa Yoga : c'est la rentrée !



Vic Vinyasa Yoga : c'est la rentrée !

Le 9 septembre, c'est la rentrée pour les cours de yoga dispensés par Gaëlle dans son studio 33 place Mahomme (place du Foirail).

Venez découvrir une activité douce bonne pour le corps et la tête !

Débutants bienvenus !

Les cours d'essai sont gratuits pendant tout le mois de septembre.

Gaëlle est certifiée professeur de Yoga Vinyasa depuis novembre 2018 auprès de la fédération française de Yoga et de Yoga Alliance International.

Elle propose à Vic-Fezensac plusieurs cours collectifs : Yoga sur chaise, Hatha Yoga, Hatha flow, Yoga prénatal.

Les cours sont en petit groupe pour privilégier une approche bienveillante, respectueuse de tous les corps et de toutes les personnes.

Vous trouverez sur la page facebook les définitions précises de ces différentes pratiques.

Renseignements et inscriptions :

Vic Vinyasa Yoga

33 place Mahomme

Vic-Fezensac

07 68 54 44 57

vicvinyasayoga@gmail.com

site : <https://www.vicvinyasayoga.com/>

page facebook : <https://www.facebook.com/VicVinyasaYoga32>

