



Association d'entraide familiale
de Pully, Paudex, Belmont

NOUVEAU COURS DE YOGA

à Pully, Pavillon Clergère

Tous les mardis matin à partir du 30 août,
de 9h à 10h15 (tous niveaux)

Hatha Yoga, Méditation et Respiration

Lieu : pavillon de la Clergère (école maternelle place de la Clergère)

Inscription : expressioncorporelle@aef-ppb.ch

Informations : Juliette Bernhart (Professeur de Yoga diplômée)
juliettebernhart@gmail.com

***La pratique du Yoga vise à
fortifier et assouplir le corps.
Elle nous permet de prendre
contact avec notre conscience
et notre souffle.***

***Une pratique régulière induit
des bienfaits physiques,
mentaux, émotionnels et
spirituels.
Venez explorer vos ressources
avec un cours d'essai !***

