



COURS DE YOGA

à Pully, Pavillon Clergère

Tous les mardis et mercredis matin,
de 9h à 10h15,
et le jeudi soir de 18h45 à 20h00
(tous niveaux)

Yoga, relaxation et méditation

Lieu : pavillon de la Clergère (chemin de la Clergère 17, 1009 Pully)

Inscription : yoga@aef-ppb.ch

Professeur : Chloé Michalakis

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 !

