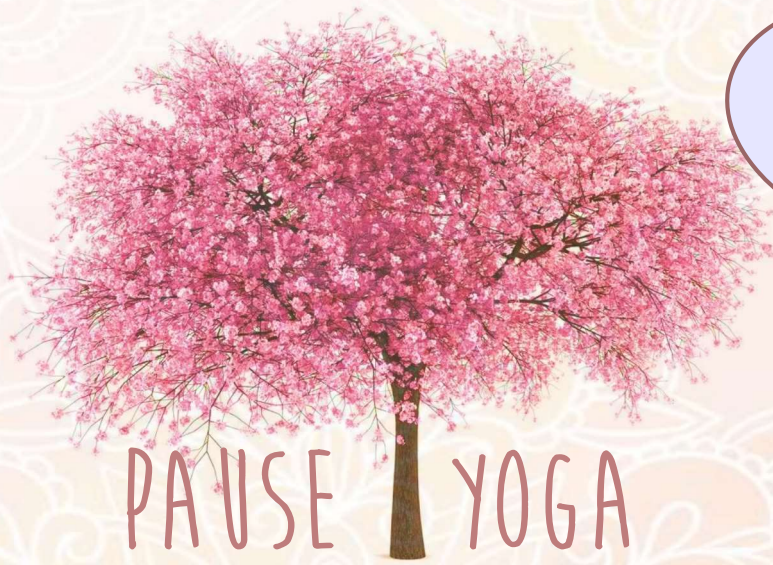


NOUVEAU  
Du Yoga à Roye !  
(à côté de Lure)



# PAUSE YOGA

UN CORPS PLUS FORT, UN COEUR PLUS LÉGER, UN ESPRIT APAISÉ



## LE YOGA



« Yoga » est un mot sanskrit qui signifie « union ». La pratique du Yoga unifie l'esprit, le corps et le souffle.

Le Yoga vous invite à vous recentrer, à vous concentrer et à vous ressourcer grâce :

- ☼ aux exercices de respiration
- ☼ au travail des postures
- ☼ à la relaxation et aux pensées positives



## PRESTATIONS



Cours collectifs au Centre Culturel, Impasse d'Epenotte, 70200 Roye

Les mercredis de 17h00 à 18h30 (Début des cours le mercredi 29 septembre 2021)

Votre premier cours  
OFFERT !

- ☼ La séance : 15 €
- ☼ Carte de 10 cours valable 6 mois : 130 €
- ☼ Abonnement trimestriel (12 cours) = 1 cours/semaine pendant 3 mois : 150 €
  - Les abonnements peuvent être pris à tout moment de l'année
  - Merci de vous munir de votre propre matériel (tapis, coussin, plaid si besoin)
  - Le pass sanitaire est obligatoire



## CONTACT



Manon, votre professeure de Yoga

06.76.10.98.66

Plus d'infos : [www.pauseyoga70.com](http://www.pauseyoga70.com)

