Atelier bien-être : Yoga

Mardi 5 mars et mardi 26 mars

© Pierrelaye

Le centre social les Marronnier vous propose, chaque mois, des ateliers bien-être.

Les mardi 5 et 26 mars ce sera Yoga !

Le yoga permet de se ressourcer et de favoriser la concentration par le biais de la respiration, de postures, et de méditation.

Ces ateliers se termineront sur un temps d'échange à la fin de chaque séance.

Date
Mardi 5 mars, 15:00 - 16:30
Mardi 26 mars, 15:00 - 16:30
Infos pratiques

GRATUIT.

De 15h à 16h30.

Le lieu de l'atelier vous sera communiqué au moment de votre inscription

Contact

Inscription obligatoire auprès du centre social :

Centre social : 42 bis rue Victor Hugo

Du lundi au vendredi : 8h30 > 12h puis 13h30 > 17h

Tél : 01 34 32 41 90

Attention : Places limitées !