



ATELIERS DE YOGATHERAPIE

animés par Brigitte Vidal

Professeure de Yoga FNEY et Yogathérapeute

diplômée de l' IDYT Institut de Yogathérapie du Dr Lionel Coudron

Les Thèmes

Les samedis de 10h à 12h

15 janvier : L'intestin, un ami précieux

26 février: Renforcer la confiance en soi

26 mars : Lombalgie chronique

14 mai : Les outils du yoga dans l'anxiété

S'adresse à tous, pratiquant ou non le yoga

Lieu : 4 rue Bizienne, Guérande 44350

Tarif de la séance : 25€

Réservation préalable au : 06 88 59 50 58