

YOGA A PLAISANCE : JUILLET / AOUT 2023



ASANAS – PRANAYAMA - RELAXATION

INFORMATIONS:

Angélique:
07.64.23.71.66

INFORMATIONS DIVERSES :

Prévoir un coussin et un plaid pour la relaxation.

Ancienne Ecole de Plaisance

MATIN :

Mardi, Mercredi, jeudi et Samedi de 9h15 à 10h45.

APRES-MIDI :

Jeudi de 18h30 à 20h00.

Angélique pratique le Hatha Yoga depuis 13 ans.
Elle a été initiée, durant plusieurs mois, par Angelo Elephanté professeur (Élève de Swami Vishnudevananda) à Gokarna, Karnataka Inde.
Elle effectue régulièrement des stages de perfectionnement en Inde et en France

YOGA A PLAISANCE : JUILLET / AOUT 2023



ASANAS – PRANAYAMA - RELAXATION

INFORMATIONS:

Angélique:
07.64.23.71.66

INFORMATIONS DIVERSES :

Prévoir un coussin et un plaid pour la relaxation.

Ancienne Ecole de Plaisance

MATIN :

Mardi, Mercredi, jeudi et Samedi de 9h15 à 10h45.

APRES-MIDI :

Jeudi de 18h30 à 20h00.

Angélique pratique le Hatha Yoga depuis 13 ans.
Elle a été initiée, durant plusieurs mois, par Angelo Elephanté professeur (Élève de Swami Vishnudevananda) à Gokarna, Karnataka Inde.
Elle effectue régulièrement des stages de perfectionnement en Inde et en France