

Cours de Yoga hebdomadaire à Crest



Salle de Danse
Crest'actif
Quai Béranger de la Blache
26400 Crest

Chaque Lundi à 9h et 18h15

«Tout peut devenir Yoga. Toute activité humaine, morale, intellectuelle, ou au-delà de l'intellect, qui est dirigé vers la connaissance de soi et du monde est Yoga.»

Ajit Sarkar



Cours collectifs débutants ou confirmés

Pratique des postures (Asanas)
Respiration (Pranayamas)
Relaxation

Tarifs

275 € à l'année (Paiement possible en 3 fois)
99€ au trimestre
12€ à la séance

Nicole ARNAL

Enseignante de Yoga depuis 1993.

Membre de la Fédération de Yoga et Ayurvédisme (FYA)

Association «La Voix d'Ananda» : **06 32 52 77 45**

e-mail: contact@nicolearnal.fr

site web: www.nicolearnal.fr

