



INFORMATIONS



MOLSHEIM Centre socio culturel

(Salle de Danse)



Début le mercredi 30 septembre 2020



DURÉE : 01:30

Prix : **5.00 €**

PROFILS : Professeur de yoga

PRE REQUIS :

Aucun

MATERIEL :

Prévoir un tapis, un coussin, une couverture et une tenue souple.

CODE ACTIVITÉ : 5MO438

DESCRIPTION

Séance variée , accessible à tous, avec postures, respiration, mantras, méditation et relaxation.



OBJECTIFS

Séance découverte pour les débutants ou nouvelles personnes afin de voir si le type de yoga et le déroulement du cours correspondent à vos besoins.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	30-09-2020	19:45	01:30	Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM