



Prochain atelier Yoga



Répondre à l'Appel du Printemps

Réveiller le métabolisme et ouvrir la voie au renouveau

Dimanche 26 mars de 16h à 20h



- Forfait Yang+Yin : 50€
- Participation uniquement à la séquence Yang ou Yin : 30 €
- Les adhérent.e.s des ateliers Petits Pieds bénéficient de 5€ de réduction

Un atelier complet articulé autour de :

- Une pratique de Yoga Yang de 16h à 18h qui active l'énergie et le fonctionnement des organes émonctoires, pour amorcer un effet 'détox' de sortie d'hiver

- Un temps Yin de 18h à 20h

Postures douces, relaxation et cercle d'échange autour du thème du renouveau

Atelier adultes et adolescents à partir de 14 ans
Accessible à tous sans pré-requis

Lieu : Ateliers Petits Pieds Grands Sauts,
Salle St-Simon ,16 rue St Simon, 78000 Versailles

Places limitées ; Réservation impérative sur www.valerieplanqueyoga.com