

YOGALTITUDE

ATELIER KUNDALINI YOGA

SAMEDI 3

OCTOBRE

10H à 12H

20€

YOGALTITUDE

114 AV DE ROYAT

63400 CHAMALIERES



Voici venu le temps de l'automne

Offrez vous un moment de détente et de re-centrage avec une séance sur le **souffle de vie**.

La pratique sera centrée sur la **respiration**, un kriya sur les **poumons** et une **méditation profonde** pour nous interioriser.



Réservez vite votre tapis au

06 84 87 44 92

Ou sur site internet
www.yogaltitude.fr

