

et ZEN

QI GONG – Luc BERNARD

Lundi 18h30-19h45

215 €

Vendredi 10h00-11h00

175 €

YOGA d'inspiration TIBETAINE

255€

Corine LACAZE

Lundi 14h00-15h30



YOGA lignée DESIKACHAR

255€

Virginie MINDA

Mardi 18h30/20h00

AROMATHERAPIE 105€

Véronique HERAILH

Un mardi par mois 18h30 à 20h00

Groupe Première année

Groupe Deuxième année

(dates communiquées à l'inscription)



SOPHROLOGIE RELAXATION

GYM BIEN ETRE DU DOS

100€

VERA GANZA

Un mercredi par mois de 18h30 à 20h00

(première séance le mercredi 18 septembre 2024)

Relaxation dynamique pour une gestion du stress des émotions

Gym du dos pour assouplir, étirer, tonifier et soulager