



IYENGAR YOGA LEVENS

136 avenue Édouard Baudoin

Association
Postures de yoga

06 95 93 27 12

COURS de YOGA pour SENIORS

Détente physique et régénération mentale
Yoga thérapeutique éprouvé
Pratique dans une salle parfaitement équipée

Cours limité à 8 pratiquants

Quand ? le jeudi de 17h30 à 18h30 du 4 avril au 13 juin :

- 4, 11, 18 et 25 avril
- 16, 23 et 30 mai
- 6 et 13 juin

Conditions ?

- **Adhésion** à l'association Postures de yoga : 10 euros
- **Abonnement** : 90 euros pour 9 cours

Tenue ?

- Legging, tee-shirt et sweet shirt
- Pieds nus (chauffage au sol)

Professeure ? Jocelyne Haussaire

- **diplômée Iyengar** niveau 3
- 40 années de pratique du yoga
- 25 années d'enseignement du yoga Iyengar