

LEMON'YOGA

SÉANCES EN PLEIN AIR AU MAS DE LA BARQUE



Jeudi 10h00
Le réveil du yogi :
une combinaison de
mouvements doux et
énergisants

Vendredi 18h00
Vinyasa yoga : une
séance vitaminée et
libératrice

POUR
INSCRIPTION
OBLIGATOIRE ET
AUTRES INFOS,
CONTACTEZ EVA AU
06.33.21.35.23

ACCESSIBLE À TOUT.E.S
15 EUROS /PERSONNE
DURÉE 75 MINUTES

 [eva.lemonyoga](https://www.instagram.com/eva.lemonyoga)

 [Lemon'yoga](https://www.facebook.com/Lemon'yoga)



Cours privés individuel
ou collectifs sur mesure
à la demande

LEMON'YOGA

YOGA EN BALADE LE MERCREDI

Départ 16h00
direction Gourdouze
(6 km), pour une
méditation en
mouvement, marche
contemplative.

Une séance de yoga
douce et intuitive
pour continuer
d'éveiller les sens.

Retour pour 19h30 max.



POUR
INSCRIPTION
OBLIGATOIRE ET
AUTRES INFOS,
CONTACTEZ EVA AU
06.33.21.35.23

45
EUROS

À PRÉVOIR :

- DE L'EAU EN QUANTITÉ SUFFISANTE
- PROTECTION SOLAIRE
- DES CHAUSSURES DE MARCHÉ
- UNE TENUE CONFORTABLE

