

CULTIVER LA PRÉSENCE DANS LE CORPS

avec Matilde & Giorgia
Le samedi 18 Mars 2023
de 14h00 à 18h00 à
Shanti Home

Le yoga est le fil rouge pour l'exploration du corps dans des moments de mouvement et d'immobilité de fermeture et d'ouverture. Lors de cet atelier nous souhaitons créer un cadre pour évoluer en autonomie, à travers les postures, dans un espace d'écoute, avec poésie et authenticité

Samedi 18.3 - de 14.00 à 18.00
Shanti Home - Rue Darwin 8
Tarif: 60€

info & rsv
matildecegarra@gmail.com
yogawithgiorgia@gmail.com