

Séance découverte de Yoga du rire



Le 19 septembre 2025

De 18h15 à 19h15

Envie de relâcher la pression, de booster votre énergie et/ou de retrouver votre bonne humeur ? Vendredi 19 septembre à 18h15, l'association Yoga d'un même souffle vous propose une séance découverte de Yoga du rire avec Julie dans la salle Marc Leclerc (Les Halles).

Le Yoga du rire est une pratique ludique et bienfaisante qui mêle exercices de respiration, rires partagés et détente profonde.

Places limitées - Participation uniquement sur inscription au 06 08 71 18 15

La reprise des cours de Hatha Yoga aura lieu en semaine 38.