

Soirée de Yin Yoga à deux

Un c'est bien, à deux c'est mieux!



Avec Pascale Arsenault

Samedi le 11 février 2012
De 13h à 16h

Venez explorer les bienfaits du yin yoga dans une pratique à deux où les efforts musculaires sont presque complètement éliminés. Plus qu'une séance de yoga, vous recevrez un massage, un massage donné par la posture et par votre partenaire. Apprivoisez ce contact privilégié et en profondeur avec soi et avec l'autre dans le plaisir, le calme et l'écoute...

Cet atelier vous permettra d'approfondir votre connaissance de votre corps que vous soyez un yogi expérimenté ou nouveau à la pratique et ce dans le respect des limites de chacun. Que vous soyez un couple d'amoureux, un couple d'ami(e)s... ou une personne seule qui pourra être jumelée avec quelqu'un d'autre, joignez-vous à nous pour cette exploration!!!

80\$+tx par couple
45\$+tx pour une personne seule

*Niveaux : Tous niveaux. Aucune expérience requise.
Il est préférable de réserver tôt.*

Inscription sur place ou à info@centreyogasante.ca ou par téléphone (450) 622-9642

Centre  GA santé
www.centreyogasante.ca

205, boul. Curé Labelle, # 102, Ste-Rose, Qc, H7L 2Z9
Tel : 450-622-9642