

YOGA ADAPTÉ

à partir de 50 ans



Des postures simplifiées
grâce à l'utilisation
de supports (chaise,
briques, mur,...)



UNE PRATIQUE RÉGULIÈRE
DÉVELOPPE UNE CONSCIENCE
PLUS GRANDE DE SON CORPS
ET DE SON FONCTIONNEMENT



Séances adaptées
à toutes et tous dans
une ambiance
**bienveillante, conviviale
et concentrée**



Lieu

Maison de Quartier
21 rue Jean Le Bail
Limoges



Contact :

contact-yoga@landouge-loisirs.fr

Nous contacter

pour plus de renseignements



FEDERATION
FRANÇAISE
**RETRAITE
SPORTIVE**
SPORT SENIOR SANTÉ®

Cotisation annuelle

70€ ou **35€**

si vous êtes adhérent-e à une autre association
affiliée à la FFRS ou à une association
de Landouge Loisirs