

Yoga et Journal Créatif

*Vous avez envie de reprendre votre souffle ?
Vous désirez vous faire plus de place ?*

Retrouvez-nous au sein du vallon Saint-Laurent, dans un espace préservé qui prend soin du Vivant.



Le Yoga égyptien est accessible à tous, thérapeutique, varié et ludique. Il se pratique partout et à tout âge.

Le Journal Créatif® est une méthode d'expression et d'exploration de soi alliant le collage, le dessin et l'écriture.

Stage : 10 personnes maximum

Samedi 23 mars de 9h30 à 17h30

Lieu : Ferme Saint-Laurent, à Château – 5 mn de Cluny

Tarif : libre et encadré de 60€ à 80€

Matériel créatif mis à votre disposition

A votre charge : tapis de yoga et cahier de dessin

Pour s'inscrire, auprès d'Emmanuelle et Véronique :
07 66 43 16 02 ou ecrire.boem@proton.me