



namaste  
yoga

Hatha yoga  
traditionnel doux



SÉANCES DE  
YOGA  
À TRIENT  
tous niveaux  
hommes, femmes

Te connecter à toi  
Etirer tes muscles  
Soulager tes articulations

Adapté à ton niveau  
Avec bienveillance  
Joie et légèreté

Lundi 18h00-19h15  
Mardi 18h00-19h15  
Vendredi 8h-9h15  
Pour participer :  
Vlasta 076 593 12 89  
sms, tel,



Prix : 20.- à 30.- CHF, €  
selon tes moyens