

Yoga Derviche



pour l'harmonie
et le bien-être

PREMIER COURS
GRATUIT



*Une pratique de santé pour
les femmes et les hommes d'aujourd'hui*

Issu des traditions les plus anciennes qui l'apparente au Tai-chi, au Qi Gong, au Yoga ou à la relaxation, le Yoga Derviche favorise l'épanouissement personnel, libère des effets du stress en apportant calme et sérénité.

Revitalisant et énergétisant, il fortifie le corps, harmonise le psychisme et clarifie la pensée.

Les mouvements se pratiquent à tout âge, sans exigence physique particulière.

Le Yoga Derviche est une pratique au service du Bien-Être offrant santé, calme, équilibre et joie de vivre.

le jeudi de 18h30 à 19h45

Tarif : carte de 10 cours 130 €

Compagnie Interlude

6 rue charloun Rieu
(à côté de la mairie annexe)

13090 AIX en Provence



possibilité de commencer en cours d'année

Renseignements et inscriptions :

06 31 94 00 58

www.crea-cassis.com

équilibre, détente, concentration, souplesse