

Découvrez à Blain
∞ un yoga pour tous ∞

Kundalini Yoga

Relaxation - Méditation créative
Sons - Mantras

Un enseignement spirituel, une science de l'énergie
et du bien être sur le corps et sur la santé.

Une voie simple d'harmonisation
et de connaissance de soi.

Téléphone : 06 10 96 33 53

Papillon.bleu@neuf.fr

www.kundalini-yoga-meditation.fr

Cours d'essai gratuit



Saison 2019-2020

∞ *Rendez-vous* ∞

5, La Bidiais 44130 Blain
(Route de Nantes)

Lundi 10h-11h30 *Massages bébés indiens (Shantala)*
19h-20h30 *Cours de yoga adultes avancés*

Mardi 10h-11h30 *Cours de yoga séniors adaptés*
19h-20h30 *Cours de yoga adultes débutants*

Mercredi 10h-11h30 *Séance de méditation - relaxation*
14h30-15h30 *Cours de yoga enfants (7-10 ans)*
19h-20h30 *Cours de yoga adultes*

Jeudi 10h-11h30 *Cours de yoga adultes débutants*
19h-20h30 *Cours de yoga adultes*

Vendredi et samedi *Séances individuelles sur rendez-vous*
Yogathérapie - Relaxation

Stages - Retraites

Ouverts aux initiés et novices.

Séances individuelles ou collectives

Yoga adultes, enfants, séniors, maternité

Professeure diplômée de Kundalini Yoga, Jacqueline GIORDO enseigne depuis plus de 20 ans. Elle vous accueille dans une ambiance conviviale, chaleureuse et joyeuse tout au long de l'année dans une très belle salle adaptée à la pratique.

