CHAVILLE

ASSOCIATIONS CULTURELLES, DE LOISIRS ET ARTISTIQUES

Ishana Yoga

2 rue Jean Jaurès
92370 CHAVILLE

Site Internet

06 95 47 50 32

Courriel

Cours de yoga enfants, familles, adolescents, hatha yoga

Horaires répartis sur toute la semaine

Nom du responsable : Mme Isabelle Messé

• Yoga enfants

Au travers des jeux et des postures, vos enfants découvrent leur corps, leur conscience, leur énergie vitale. Les bienfaits sont nombreux : musculature, système nerveux, souplesse de corps et d'esprit, estime de soi, concentration, etc.

• Yoga familles

C'est un moment de partage privilégié où l'on pratique le yoga en allant à la rencontre des siens.

• Yoga adolescent

Les adolescents cherchent leur place... Ils apprennent à mieux se connaître pour gérer mieux leurs émotions, leurs énergies et leur stress. Ils découvrent une autre façon d'utiliser leur corps et leur esprit pour y installer le bien-être et la joie !

• Hatha Yoga

Reprenez contact avec vous même par le biais du corps physique : les postures entretiennent et débloquent le corps; les respirations nettoient le corps et lui apportent son énergie vitale ; la relaxation restaure et revitalise le corps et l'esprit.

Vue plan

Cette fiche comporte une erreur ?

Vous désirez proposer une modification à cette fiche annuaire ? Cliquez ici pour nous envoyer une demande.

RETOUR À LA LISTE

VILLE DE CHAVILLE

VILLE DE CHAVILLE
1456 AVENUE ROGER SALENGRO
92370 CHAVILLE

01 41 15 40 00

Horaires
08h30 > 12h30 / 13h30 > 17h30
Fermeture le mardi matin
Vendredi fermeture à 16h30
Samedi 9h > 12h

@ CONTACTEZ-NOUS