

L'ASSOCIATION PETITE ROCHE propose
MEDITATION ET YOGA
Séance d'initiation à la méditation
Samedi 23 mars de 10h30 à 12h
au Centre Associatif et Culturel
de Saint-Jacut de la mer



SEANCE ANIMEE PAR

Bernadette Poussier Granjean et

Gwenn Le Chapelier Aubry (professeures de yoga)

Première séance adhésion à l'association : 8 euros

Séances suivantes 5 euros par séance

Prévoir un tapis et un coussin ou un petit banc de méditation.

Tenue souple conseillée

Inscription et renseignements : 06 61 54 89 15 ou 06 72 71 68 09