

Les week-ends chez Terra Yoga

Automne 2024 - En studio



Vendredi 27 septembre

Soirée méditative & bain sonore

avec Johanne Philippe et Léa Godbout Bossé

19 h à 21 h - 48 \$ + tx

Thème : Harmoniser les 7 centres d'énergie dans le corps

Dimanche 3 novembre

Yin Yoga DÉTOX DOUCEUR – Un moment extra relaxant, régénérateur pour détoxifier le corps en douceur, pour apaiser le système nerveux et retrouver une vitalité profonde

avec Johanne Philippe

10 h à midi - 38 \$ + tx

Dimanche 17 novembre

NOUVEAU : Respiration consciente somatique

avec Johanne Philippe

10 h à midi - 38 \$ + tx

Vendredi 22 novembre

Soirée méditative & bain sonore

avec Johanne Philippe et Léa Godbout Bossé

19 h à 21 h - 48 \$ + tx

Thème : S'inspirer des 4 accords toltèques

INSCRIPTION :

506 740-0184 / info@terrayoga.ca / www.terrayoga.ca

