

*Le Yoga ne se
réduit pas à sa
dimension physique
mais vise l'unité du
corps et de l'esprit
et nous aide à
trouver l'équilibre
intérieur.*

COURS D'ESSAI

Il est impératif de **réserver** pour
assister à un **premier cours d'essai**
gratuit (nombre limité de
pratiquants).

CONTACTEZ-NOUS

yogaattitude@orange.fr



RESPIRATION
DÉTENTE
SÉRÉNITÉ



À PROPOS DE NOUS

YOGA ATTITUDE est une association villersoise créée en 2009 qui dispense des cours de **Hatha Yoga** aux plus de 16 ans, débutants ou confirmés.

Nos professeures, **Claudine** et **Laurence**, sont à l'écoute et à même de vous conseiller lors de la pratique.

Elles ont été formées et **diplômées par la Fédération Française de Hatha Yoga** (formation de 4 ans minimum).

Les cours ont lieu **hors vacances scolaires**.

HATHA YOGA

Salle Louise Michel
à Villers-Saint-Paul

Mardi de 19h à 20h30 (1h30)
proposé par Claudine

Mercredi de 17h15 à 18h45
(1h30) proposé par Laurence

Mercredi de 19h à 20h30
(1h30) proposé par Laurence

YOGA DOUX

proposé par Claudine

Espace Perret à
Villers-Saint-Paul

Lundi de 9h30 à 11h (1h30)

TARIFS

Adhésion à l'association
15 € par personne

Cours adulte (+16 ans)
210 € l'année
Payables en 3 fois 70 €

Soit 225 € l'année, cours et
adhésion inclus.

INITIATION ENFANTS

proposé par Laurence
pour les **4-10 ans** sur le thème
du conte et de la posture

Salle Louise Michel
à Villers-Saint-Paul

Samedi à 10h (45 min)
18 octobre, 14 février,
11 avril, 4eme date à
confirmer

10€ la séance
8€ pour les enfants de
la même famille

