

# L' A.R.B.I.A (Association Relaxation & Bien Etre de L'Isle-Adam) propose un stage de yoga

Dimanche 12 février 2023

L' A.R.B.I.A (Association Relaxation & Bien Etre de L'Isle-Adam) propose un stage de yoga le dimanche 12 février 2023



- Yoga du son / Mantras / Bain sonore
- Pranayama / Hatha yoga
- Yoga Nidra / Méditation

## Coordonnées

Maison de la Faisanderie  
Avenue Paul Thoureau  
95290  
L'Isle-Adam  
Infos pratiques

- pratique du hatha yoga recommandée
- prix : 45€ la journée ; possibilité de 1/2 journée
- inscription obligatoire; places limitées

Liens utiles

[Arbia](#)  
Contact

Inscription obligatoire et renseignements :

[arbia2010@orange.fr](mailto:arbia2010@orange.fr)

06 76 12 53 47 / 06 85 99 99 99