



A.R.B.I.A.



Association Relaxation & Bien-être de l'Isle Adam

ATELIER yoga du Son

un dimanche matin par mois

les 15 octobre, 12 novembre et 10 décembre 2023

Programme

Travail de la voix
Relaxation
Hatha yoga sonore
Concentration
Chant de Mantras
Méditation

Lieu

Maison de la Faisanderie
Avenue Paul Thoureau
95290 L'ISLE ADAM

Tarif

20 € pour les adhérents Arbia
(+ 5 € pour les extérieurs)

Horaires : 9h30 à 11h

Renseignements : Françoise Domineau
06 85 99 99 99
francoise.domineau@gmail.com
arbia2010@orange.fr

Inscription obligatoire (places limitées)

