



A.R.B.I.A.

Association Relaxation & Bien-être de l'Isle Adam
vous propose un



Stage de yoga le dimanche 9 novembre 2025



PROGRAMME

matinée	9h15	Accueil
	9h30 à 12h30	Hatha yoga / Yoga Nidra
collation partagée	12h30 à 14h30	
après midi	14h30 à 17h	Yoga du son / Méditation / Mantras Voyage sonore collectif

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

Tarifs :	adhésion obligatoire à Arbia	10 €
	matinée ou après midi	30 €
	journée complète	50 €

Renseignements : 06 76 12 53 47 / 06 85 99 99 99

Inscription obligatoire (places limitées) : arbia2010@orange.fr

