



Pour pratiquer à votre rythme...

HOME YOGA / HOME SOPHIRO

NOUVEAU

COURS DE YOGA HEBDOMADAIRES EN LIGNE

90€/carte de 10 cours Pour pratiquer ensemble

En visio-conférence pour se voir, échanger et partager un cours

SEANCES VIDEOS DE YOGA/SOPHROLOGIE

150€/an Où vous voulez, quand vous voulez

Accès illimité à un choix de séances préenregistrées adaptées à la saison

PARENTHESSES EQUILIBRE

60€ Une journée pour se retrouver

Conférence, pratiques de Yoga et de Sophrologie en visio-conférence

Hélène laisney

06 89 70 10 36

equilibre.laisney@wanadoo.fr

web : www.plein-equilibre.fr