

La Provence
Jeudi 05 Février 2015

● **Yoga et bien-être.** Le Centre Social Fosséen propose un stage de yoga pour adultes avec pour objectifs de prévenir les problèmes de dos, une bonne gestion du stress et une meilleure qualité de sommeil le samedi 7 février de 15h à 18h à la Maison de Quartier de la Tuilerie. Ce stage propose des contenus théoriques avec des pratiques de yoga agissant directement sur le bien être de chacun.
→ Renseignements et inscriptions: ☎ 04 42 47 77 94