TAI-CHI QI-GONG
DANSE et développement de soi
Harmonie & Détente à Moret
SOPHROLOGIE YOGA MEDITATION
Site : hd-moret.clubeo.com
detente.moret@laposte.net

Moret Loing et Orvanne
Commune Nouvelle

HARMONIE et DÉTENTE à MORET

Club inclusif

Séances de
Yogathérapie Ostéoarticulaire

adaptée pour les personnes porteuses de handicap

avec **Mélissa De Valera**

Les **mercredis** de

17h30 à 18h30

Salle Marquis de Roys
Route de St Mammès
Moret sur Loing

Renseignements:
06 36 88 78 95

NOUVEAU !

Harmonie et Détente
06 03 94 22 50
detente.moret@laposte.net
Site: hd-moret.clubeo.com

Basée sur les différentes facettes du yoga (postures, respiration, relaxation/méditation...), la yogathérapie ostéoarticulaire se met au service de vos "petits" et "gros" bobos (troubles ostéo-articulaires, respiratoires, circulatoires, gestion du stress...) pour proposer une séance qui s'adapte à vous, à vos spécificités et à vos capacités du moment.

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.