

# BAIN SONORE

samedi 7 octobre 18.30-20h

Pranayama (respiration) guidée par Patricia suivi de 1h15 de méditation au son des instruments de Forrest

Ce moment de détente profonde sera suivi d'un moment convivial autour d'une tasse de thé pour ceux qui le souhaitent

Studio de Yoga - L'Assise  
avenue de cour 103 - 1007 Lausanne

max 15 participant.e.s

45.- membre sanasports/ 50.- non-membre

infos et inscription:

info@sanasports.ch ou 079 325 29 99 ( Patricia)