

C'est la reprise pour Vic Vinyasa Yoga !



C'est la reprise pour Vic Vinyasa Yoga !

Gaëlle propose depuis 2019 des cours de yoga à Vic-Fezensac dans son studio place Mahomme (place du Foirail).

L'an dernier, à la même période, nous avons échangé avec elle et elle nous avait parlé de sa pratique.

Vous retrouverez l'article ci-dessous :

<https://lejournaldugers.fr/article/50901-vic-vinyasa-yoga-la-reprise>

Les vacances sont terminées et Gaëlle est de retour avec un nouveau planning !

PLANNING COURS COLLECTIFS			
33 Place Mahomme			
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
16H30 YOGA PRE-POST NATAL	17H30 HATHA YOGA	18H30 HATHA YOGA à JEGUN	17H30 HATHA YOGA
18H30 HATHA YOGA	19H HATHA flow ++		19H YOGA DYNAMIQUE
Contact: Gaëlle 07.68.54.44.57  @ : vicvinyasayoga@gmail.com			

Quelques nouveautés cette année, notamment **le Hatha Flow le mardi à 19 h** et **un créneau supplémentaire de Hatha Yoga à 17h30 le jeudi**.

Les cours reprennent officiellement **le lundi 5 septembre** et les inscriptions se feront tout le long du mois de septembre avec une journée portes ouvertes le **samedi 10 septembre**.

Lors de cette journée portes ouvertes, de mini-cours gratuits de 30 minutes seront proposés pour découvrir 3 pratiques de yoga différentes :

- 15 h : Hatha Yoga
- 16 h : Hata Flow
- 17 h : Yoga dynamique

Vous trouverez sur la page facebook les définitions précises de ces différentes pratiques.



Gaëlle propose aussi des cours de yoga prénatal.

Renseignements et inscriptions :

Vic Vinyasa Yoga

33 place Mahomme

Vic-Fezensac

07 68 54 44 57

vicvinyasayoga@gmail.com

site : <https://www.vicvinyasayoga.com/>

page facebook : <https://www.facebook.com/VicVinyasaYoga32>

