

Vic Vinyasa Yoga : les cours ont repris !



Vic Vinyasa Yoga : les cours ont repris !

Native de Vic-Fezensac, après avoir vécu plusieurs années à Londres, Gaëlle propose depuis 2019 des cours de yoga à Vic-Fezensac dans son studio place Mahomme (place du Foirail).

Elle a à coeur de se former régulièrement au yoga pré-natal et au yoga pour séniors avec la méthode De Gasquet notamment.

Elle propose à Vic-Fezensac plusieurs cours collectifs : Hatha Yoga doux pour les personnes en mal de mobilité, Vinyasa Yoga pour les plus sportifs.

Les cours sont en petit groupe pour privilégier une approche bienveillante, respectueuse de tous les corps et de toutes les personnes.

PLANNING COURS COLLECTIFS			
33 Place Mahomme			
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
16H30 YOGA PRE-POST NATAL	17H30 HATHA YOGA	15H30 SLOW YOGA	17H30 HATHA YOGA
18H30 HATHA YOGA	19H HATHA flow ++		19H YOGA FLOW
Contact: Gaëlle 07.68.54.44.57  @ : vicvinyasayoga@gmail.com			

Il y a deux ans, 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>

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

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>

