Cours de Yoga

Association MIASOURYA

Lamia Haddouche est diplômée de l'Ecole Française de Yoga
Membre de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga
Formée au hatha yoga de Nil Hahoutoff par Patrick Tomatis, elle enseigne cette lignée. Elle suit également l'enseignement de Blandine Calais Germain qui a développé une méthode d'apprentissage de l'anatomie en lien avac le mouvement.

A partir du mardi 20 septembre

Espace Aquatique Auguste Delaune
9 rue Anselme ,93400 Saint-Ouen
mardi de 19h à 20h15
et de 20h30 à 21h45

Nouveau !

Gymnase du Grand Parc
7 rue Gisèle Halimi ,93400 Saint-Ouen
vendredi de 18 h à 19 h 30

Chacun pratique selon ses possibilités, à l'écoute de ce qui est ressenti. L'esprit de compétition est exclu, les bienfaits du yoga sont immédiats.

Lamia Haddouche: 06 76 86 22 82
lamia.haddouche@dbmail.com