

PLAN DU 25 JUILLET MARDI 18H00 À 20H00

- Anatomie : Les muscles
- Philosophie : L'Asthanga yoga
- Asanas : Caractéristiques des postures debout
- Asanas Section postures calmantes et récupération : Viparita Karani

TEXTE EN MAUVE : À IMPRIMER À PARTIR DU PORTAIL

PROCHAINE RENCONTRE : SAMEDI 29 JUILLET À 8H30