

Le Foyer Rural de Romegoux

Activités

2024-2025

Nouveau

Yoga

A partir de Novembre,
Salle d'évolution (école)

Yoga sur chaise :

- * Améliore la flexibilité;
- * Favorise la relaxation, réduit le stress;
- * Parfait pour les personnes ayant des douleurs chroniques et de mobilité.

⇒ **Le vendredi à 18h**

Yoga pour tous :

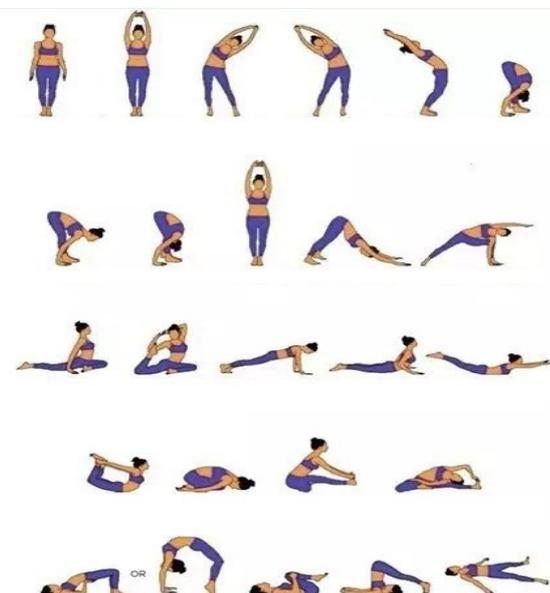
⇒ **Le samedi à 10h30**

Votre animatrice :

⇒ **Johanna (professeure diplômée)**

10€ la séance

Cours d'essai,
les 9 et 15 Novembre



Inscrivez-vous nombreux auprès de Françoise au 06 14 77 87 03