

Le mouvement source de liens

L'Arbre de Gestes

Cours de Yoga

Relaxation et Méditation

Collectifs, individuels, ateliers et stages
Adultes, seniors, femmes enceintes, famille
Initiation et approfondissement : à chacun son yoga

A l'occasion du 14ème anniversaire de l'association l'Arbre de Gestes et de la Fête du Yoga : Faites du Yoga.

Invitation gratuite, ouverte à toutes et tous, sur réservation

Vendredi 29 mai à 10h30 à 15h

Rencontre de Yoga sur chaise

Avec le groupe de Briançon

Séance suivie d'un pique-nique partagé et tiré du sac
au centre social de l'Argentière.

Dimanche 21 juin

Pratique de yoga en pleine nature (matin)

Atelier Yoga et Ecriture

en co-animation avec Elsa Valentin (après-midi)

Pique-nique tiré du sac à partager sur place
à Réotier sur le magnifique site de Mikéou

Du mardi 2 au jeudi 25 juin

Journées portes ouvertes

Venez découvrir la pratique :

Retrouvez les créneaux des séances hebdomadaires sur
notre site internet.

Invitation gratuite et ouverte
à toutes et tous

Inscription et réservation
souhaitée : 06 04 41 37 29

Association
L'Arbre de Geste
Yoga-relaxation-méditation
www.arbredegestes.com

 Guillestre

 Hautes-Alpes
le département



 FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE

 MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE