



Ecouter l'énergie de vie corporelle (prana),  
favoriser son échange avec l'énergie de vie  
universelle (Prana), à travers le mouvement

# YOGA ET PILATES



pour pacifier notre rapport à nous-même et  
à notre environnement

**ARÊCHES-BEAUFORT EN SAVOIE**

**du samedi 21 décembre au lundi 23 décembre**

*Traverser les fêtes et l'hiver dans la joie  
et l'équilibre*

- Stage: 90 euros
- Pension complète et hébergement: 164 euros
- Caroline: 06.72.22.90.81.
- Sandrine: 06.75.67.09.28.

**254 euros**

