

NOUVEAU COURS DE **YOGA** **SENIORS** JEUDI DE 14h à 15h30

CENTRE DE YOGA SRUTHI

18 rue Savorgnan de Brazza - 14000 CAEN

02 31 73 26 41 - 06 86 88 69 78

[Http://www.marionbouillon.com](http://www.marionbouillon.com)

**PREMIER COURS
D'ESSAI GRATUIT**



LE CENTRE DE YOGA SRUTHI OUVRE UN NOUVEAU COURS POUR **SENIORS**

Le centre de yoga sruthi ouvre un nouveau cours pour séniors.

Bien des problèmes du troisième âge (insuffisance circulatoire, arthrite et troubles digestifs) proviennent du manque d'exercice, de mauvaises habitudes alimentaires et d'une respiration superficielle. Votre corps possède de grands pouvoirs régénérateurs et en pratiquant le yoga, vous dormirez mieux, vous aurez plus d'énergie et une approche de la vie plus positive.

Marion Bouillon diplômée yoga acharia(maître) de l'école Sivananda et directrice du centre de yoga Sruthi vous accueille.

PREMIER COURS D'ESSAI GRATUIT

Centre de yoga Sruthi
18 rue Savorgnan de Brazza.
14000 Caen

Tél. 02 31 73 26 41

Portable. 06 86 88 69 78

[Http:// www.marionbouillon.com](http://www.marionbouillon.com)