

YOGA

Centre

Guy
BELLIER

32, RUE FRANCAISE - BEZIERS

04 30 72 31 68

1^{er} Cours
d'Essai
GRATUIT



Guy BELLIER
Prof. Yoga - Relaxologue
diplôme Fédéral F.N.EY

Retrouvez-nous sur facebook



P Parking souterrain OFFERT pour tous cours

www.yoga-bellier.fr

2H
OFFERTES*

L'expérience du Yoga à BEZIERS depuis 45 ans

	9h00	9h30	10h30	12h15	12h30	14h15	17h00	17h30	18h30	19H30	19h40
Lundi									■	■	
Mardi	■			■			■		■		■
Mercredi	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■
Jeudi		■					■		■		■
Vendredi	■			■							
Samedi		■				■	■				

■ Cours tous niveaux

■ Cours avancé

■ Cours à thème

■ Cours individuels sur RDV 

■ Cours Méditation Relaxation

Décontraction, maîtrise de soi, souplesse, équilibre, sérénité et santé... tels sont les mots par lesquels on désigne communément les effets d'une pratique régulière du Hatha-Yoga.

Le Hatha-Yoga est une méthode pour mieux vivre son corps, mieux le faire fonctionner, mieux l'assumer; il le rend plus léger.

De là vient l'épanouissement qu'il procure, les ouvertures qu'il autorise.

TÉL : 04 30 72 31 68