

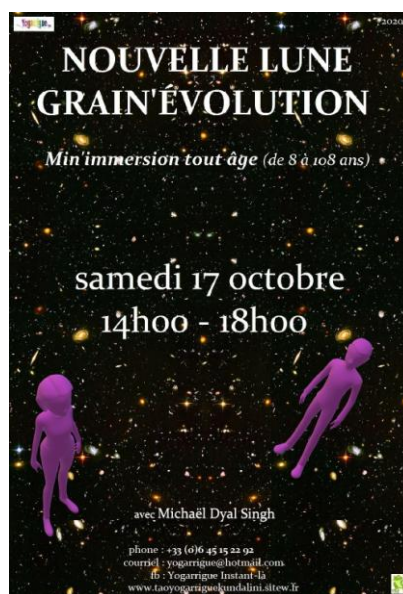
Nouvelle Lune : Grain'Évolution

Min'immersion tout âge (de 8 à 108 ans)

Samedi 17 octobre
14h00 – 18h00

PROGRAMME : (possible en français, anglais et espagnol)

Respiration, yoga, relaxation, méditation, création et (bonnes) surprises.



avec Michaël Dyal Singh, enseignant yogarrigue
metteur en scène, accompagnateur et vagabond de conscience

LIEU : Grand foyer de Montlaur (parking disponible)

Apporter, pour chaque personne (enfant, adulte) :

- Du papier pour écrire/dessiner (stylo, crayons, couleurs, feutres...)
- Un tapis de sol/yoga/gym, un coussin/brique mousse et une couverture.
- État d'esprit disponible (+ masque et savon), ouvert à l'inattendu...

Vêtements : tenue confortable (sans ceinture, ni bijoux). Prévoir un pull.

TARIFS

Un adulte [18 à 108] : 30 €.

Enfant [8 à 17 ans]. Un enfant : 15 €. Deux enfants : 20 €... Enfant + : 5 €

Famille [2 parents + 1 enfant (+ 1 enfant sup. : 5 €, etc.)] : 50 €

Engagement et réservation avant le 10 octobre 2020

(Étant donné le contexte sociopolitique, le nombre de place est limité)