

# Ateliers yoga "de la Dualité vers l'Unité, en yoga"

Samedi 6 juillet 9h15-17h30 et dimanche 7 juillet 9h15-12h30

Démarrez l'été en yoga, vers plus d'harmonie intérieure. Pour dépasser les tensions qui vous tiraillent, Agnès et Nathalie proposent une pratique posturale tout en douceur et profondeur.



Un apport théorique sera amené, sur la base des textes indiens. Ouvert aux débutants.

## Coordonnées

Maison des associations  
10 place des Impressionnistes  
95520  
Osny

Date  
Samedi 6 juillet, 09:15 - Dimanche 7 juillet, 12:30  
Infos pratiques

Tarif : 135 € (-5 € pour les adhérents)

Réservations : <https://www.yogapoursoi95.com/cours-et-ateliers>

Contact

06 21 22 20 59

[nathalie-thomas@hotmail.fr](mailto:nathalie-thomas@hotmail.fr)

Liens utiles

[Yoga pour soi](#)