

# Yoga du Rire



Venez Découvrir le Yoga du Rire  
en famille ou entre amis,  
avec la section yoga de l'US Précigné...

« Le yoga du rire,  
c'est faire de petites folies pendant un petit moment  
pour être en bonne santé pendant longtemps. »



**Au programme :**

- **Eveil corporel**
- **Exercices de Rires**
- **Détente & Relaxation**

**- Séance spéciale Été**  
à partir de 6 ans



le **mercredi 4 Juin**  
de 19h30 à 20h30  
à la **salle des Rivauderies**  
à Précigné.

Renseignements et Réservations  
Au **06 81 98 30 70**

Le saviez-vous ?

10min de rire = 2h sans douleur  
3 min de rire = 10min de rameur

**Tarif Séance : 12€**  
**Venez en duo : 10€/pers**

Pensez à prévoir  
un tapis de yoga  
et une gourde.



Cette séance de yoga du rire sera animée par Marie THOMAS,  
diplômée de l'institut français de yoga du rire.