Yoga du Rire



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

Ho ho ho !

« 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

Le saviez-vous ?
10min de rire = 2h sans douleur
3 min de rire = 10min de rameur

-Séance spéciale Noël

à partir de 6 ans
le ***mercredi 25 novembre***
de 19h30 à 20h30
à la **salle des Rivauderies**
à Précigné.

Autres séances prévues dans l'année :
24 Mars et 2 juin 2027

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

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.