

Cours de Yoga

La pratique du Yoga affermit le corps tout en créant un équilibre physique, mental et spirituel.



**Les mercredis, à 19h15,
à compter du 26 septembre,
dans la salle du Cercle de l'Amitié
au 1780, boulevard Meadowvale à Mississauga**

Ce cours pour débutants d'une durée de 10 semaines, sera donné par Nancy Forbes, professeure de Yoga certifiée et francophone.

Un minimum de 6 personnes est requis pour que ce cours est lieu.

**75\$ pour les membres
85\$ pour les non membres**

**Pour vous inscrire, appelez Louise
au (905) 542-1844 avant le 14 septembre.**

Vous devez fournir votre propre tapis antidérapant conçu spécialement pour la pratique du yoga.

