

Seniors Yoga du rire

Mercredi 3 décembre, dès 15 heures

Le yoga du rire constitue un excellent exercice qui influe positivement sur le corps, l'esprit et les émotions. Ses avantages « santé » sont d'ailleurs salués unanimement par la médecine.

Venez rire avec nous, et passer un bon moment convivial, **mercredi 3 décembre**.



Le Yoga du rire est un concept novateur né d'un médecin indien exerçant à Mumbai (Inde), le docteur Madan Kataria. Convaincu par les dernières études scientifiques montrant les effets sur la santé physique et mentale, il lance, en Inde, le premier club de yoga du rire dans un parc le 13 Mars 1995 avec seulement une poignée de personnes. Aujourd'hui, le phénomène est planétaire et des milliers de pratiquants de yoga rire sont recensés dans plus de 115 pays.

Coordonnées

Salle d'animation du Centre Social - Boutique de Quartier
24 avenue de Chevincourt
78114
Magny-les-Hameaux
Infos pratiques

Inscription obligatoire à partir du 3 novembre 2025 auprès du Centre Social Albert Schweitzer place du 19 mars 1962

78114 Magny-les-hameaux.

centre.social@magny-les-hameaux.fr

Contact

Atelier gratuit