Semaine bleue, initiation au yoga sur chaise

Jeudi 8 et vendredi 9 octobre de 10h30 à 11h30

Vous êtes senior ? Le yoga sur chaise est fait pour vous !



Vous avez 65 et plus, venez vous y initier et découvrir tous ses avantages pour un "bien vieillir" au quotidien.



Coordonnées

Pôle musical et associatif Blaise Pascal
Rue des écoles Jean Baudin
78114
Magny-les-Hameaux
Infos pratiques

Ateliers gratuits, attention nombre de places limité

Lieu : Pôle musical et associatif Blaise Pascal

Port du masque obligatoire

Contact

Inscription obligatoire auprès du service seniors au 01.39.44.71.18