

# YIN YOGA D'HIVER



**Dimanche 6 janvier 2019**  
**de 16h à 18h**

avec David Le Barzic et vos textes

**Pour cette séance de Yin Yoga je vous demanderai de me faire passer un texte (écrit par vous ou un poème, un texte de chanson qui vous parle et qui parle de cette saison) afin qu'il vienne à un moment de la séance ponctuer votre pratique quand je le lirai. La séance se terminera par un yoga nidra (relaxation guidée de 20 minutes).**

Tarif unique 15€

Inscription par acompte de 15€

Contact

**David 06 73 26 82 48**