L'association de l'Hermine d'Or
vous propose des cours de

YOGA INTEGRAL
et RELAXATION

Enfants - Ados - Adultes

avec Vincent Graal
professeur agréé par l'Education Nationale

Bienvenue aux nouveaux cours de Yoga
du 2 Juin au 29 Août 2017
à St-Malo sur le Sillon Hôtel «Les Ambassadeurs»
et à St-Jouan des Guérêts
Hôtel «La Malouinière des Longchamps»

Le cours d'1h15
15 € / ou 13,50 € avec la carte de 10 cours

Hatha-Yoga,
Etirements, Equilibres,
Dynamique du Souffle,
Assouplissements,
Méditation zazen,
Yoga-Nidra,
Qi Gong,
Yoga de l'Enfant...

Renseignements et Inscriptions
06 88 43 09 14 - 02 99 89 41 01
vincent.graal@laposte.net

Du 2 juin au 29 Août 2017

Bienvenue aux nouveaux cours de Yoga

Saint-Malo

HOTEL
LES AMBASSADEURS
HÔTEL *** ◆ CRÊPERIE ◆ TERRASSE PANORAMIQUE
11, chaussée du Sillon.

Yoga en terrasse au 5éme étage, panorama 360°.

Juin : le vendredi de 10h30 à 11h45
Juillet / Août : le mardi de 10h30 à 11h45

Saint-Jouan des Guérets

Hôtel «La Malouinière des Longchamps».

Juin / Juillet / Août : le vendredi de 18h30 à 19h45

Libre possibilité de doubler ou permuter
entre Saint-Malo et Saint-Jouan.

Reprise des cours toute l'année à la Malouinière
avec abonnement (50% de réduction)
à partir du vendredi 15 septembre 2017.

à bientôt ...