

# Yoga en douceur et méditation cet été

Au Relais

Les jeudis 15 juillet et 12 août  
entre 20h et 21h30  
15\$ en espèce



Ce yoga-méditation sera une rencontre en douceur, pour nous centrer et faire le plein du souffle de vie afin de laisser circuler encore plus librement le prana tout en célébrant notre lumière intérieure. Tu y es candidement invité(e)!

En tout amour,  
Nadine

**Information :** [nadbertrand@hotmail.com](mailto:nadbertrand@hotmail.com) ou 819.595.4932