

M. Chupin éducateur sportif en retraite, diplômé en yoga nidra et en formation continue depuis 2020 à l'école S.A.Y de la Baule (https://jmgyoga.fr/lecole/) animera des séances de yoga sous la forme d'ateliers divers pour adultes débutants et avancés (asanas, méditations, pranayamas ,relaxations...)

- > le lundi de 18h à 19h15 à la maison Félix de septembre 2025 à avril 2026 hors vacances scolaires et jours fériés;
- > cotisation: 120€.

Inscriptions et renseignements au 06 98 92 64 51.

