

# Nos cours \_



On enseigne le yoga avec l'approche Viniyoga, ce qui veut dire partir de là où on est. Le yoga doit s'adapter à la personne.

## ! Série de 10 cours de yoga en groupe, hiver 2023 débutera le 15 janvier.

Vous pouvez vous inscrire si vous le voulez dès maintenant et nous vous enverrons un courriel pour confirmer. Horaires variées: Dimanche 9h30, lundi 18h45- mardi: 13h30, 17h et 18h45 et mercredi 17h.

Les espaces dans les 2 salles sont entourées avec des bulles transparentes entre les participants.

Certificat cadeau et matériel de yoga sont disponibles.

Cours en individuel sur demande, cédule un rendez-vous.

-----

5 nouveaux élèves sont maintenant diplômées

Avec une formation de 500 heures sur une période de 4 ans (2018 à 2021).

Geneviève Caron (St-Jean Port-Joli),

Jacinthe Thiboutôt (Kamouraska),

Marie Ève Gauthier (Québec),

Peggy Sirois (L'Islet) et

Suzanne Duplessis (Rimouski)

Nous sommes heureux de les avoir accompagnées dans leur démarche.

Elles sont accréditées par la FFY.

-----

Le 21 juin est la journée internationale du yoga.

Yoga approche Viniyoga

Centre de Yoga Alain Gendron et Etienne Gagnon à Rivière du Loup

Professeurs et formateurs diplômés de ETY et

accrédités par la FFY.

Pour vous inscrire ou pour vous informer.

Vous pouvez nous rejoindre à

418-862-9733



# Liens intéressants

- [Yoga Rivière-du-Loup](#)