



# YOGA DU RIRE

## Les mardis de 19h à 21h (une fois/mois)

Techniquement, le yoga du rire combine des rires sans raison avec des respirations yogiques afin de libérer vos tensions, votre esprit vous permet de faire travailler votre corps tout en riant en libérant votre stress, vos blocages

### Planning

- 24 septembre 2024
- 15 octobre 2024
- 12 novembre 2024
- 17 décembre 2024
- 14 janvier 2025
- 11 février 2025
- 11 mars 2025
- 8 avril 2025
- 6 mai 2025
- 17 juin 2025

