



Initiation au yoga pour enfants

Dans le cadre de « Carpe Diem », la Médiathèque CAPI Agnès Varda à L'Isle d'Abeau vous propose une initiation au yoga pour les enfants le mardi 23 octobre 2018.

Discipline venue d'une longue **tradition millénaire en Inde**, le **yoga est l'union du corps et de l'esprit**. Venez vous initier, découvrir ce qui se passe à l'intérieur de vous et réconcilier votre corps et votre esprit.

Réservé en priorité aux débutants, places limitées. Tenue décontractée ; pensez à amener une couverture, un coussin et si possible un tapis de sol. Nous partagerons ensuite un moment convivial.

Réservé aux enfants.

- Sur inscription au 04 74 27 13 38 -

> Mardi 23 octobre
à 15h00 pour les 5 à 7 ans
à 16h30 pour les 8 à 10 ans
Médiathèque CAPI
Agnès Varda / L'Isle d'Abeau