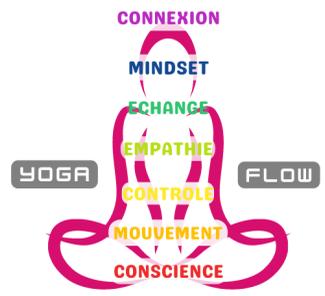


BOC Attitude

Pour **UNIR** ("Yoga")



Le CORPS

Souplesse, agilité, ancrage, renforcement des membres



Le MENTAL

Méditation, concentration, mindset, conscience profonde



L'ENERGIE

Gratitude, visualisation, respiration, alimentation



A votre RYTHME et en MUSIQUE



Le **Mardi**
20h15 - 21h15

Familles Rurales
De Chaingy

Sébastien Bocqueho
06 17 91 58 60