



Extrait du Vivre en Comminges

<http://www.vivreincomminges.org/Nouveau-Centre-de-Bien-Etre-a.html>

ANAHATA STUDIO nouveau Centre de Bien-Etre :: AURIGNAC

- Répertoires du Comminges - Médecines naturelles, santé et bien-être -

Date de mise en ligne : dimanche 2 septembre 2018

Description :

ANAHATA STUDIO, votre nouveau centre de Bien-Être à Aurignac

ANAHATA STUDIO

Traverse du Foirail

31420 Aurignac

Tel : 06 02 65 62 99

Courriel : infos (@) studioanahatayoga.fr

Site web : www.studioanahatayoga.fr

Copyright © Vivre en Comminges - Tous droits réservés

ANAHATA STUDIO, vous accueille à Aurignac, Traverse du Foirail pour des cours de :

- ▶ **KUNDALINI YOGA** (un yoga adapté à toutes les morphologies, sans obligation d'avoir fait du yoga auparavant, pour tout âge...)
- ▶ **MEDITATION ET RELAXATION AU SON DU GONG** (pour apprendre à faire le vide intérieur et se laisser bercer par une relaxation au son du gong),
- ▶ **SOPHROLOGIE** en groupe ou en rendez vous en individuel (pour apprendre à gérer tout types de problèmes de votre quotidien).

Venez prendre du temps pour vous dans notre centre bien-être.

Des enseignants certifiés et diplômés vous accueillent dans un studio agréable et zen toute l'année au centre d'Aurignac (parking sur place),

Tous les cours proposés sont en petits groupes pour plus de confort,

Le studio est ouvert du lundi au samedi et vous propose plusieurs horaires par semaine.

N'hésitez pas à consulter notre site internet pour de plus amples informations sur nos différentes activités, les plannings de cours, etc...

Au plaisir de vous accueillir bientôt dans notre studio !

ANAHATA STUDIO

Traverse du Foirail

31420 Aurignac

Tel : 06 02 65 62 99

Courriel : infos (@) studioanahatayoga.fr

Site web : www.studioanahatayoga.fr