



COURS EXCEPTIONNEL AVEC Silvia Di Rienzo Lundi 8 mai de 12h30 à 14h30



Salutation à la lune

Il s'agit d'une pratique pour le bassin, cette zone du corps qui est à la source de notre santé physique et mentale . Des asanas pour ouvrir, aligner et relaxer le bassin.

Silvia vous guidera vers cette exploration et ce questionnement, par une pratique intuitive et sensible où vous ferez l'expérience du ressenti entre effort et détente.

A PRENDRE SUR VOS CARTES OU 22€ L'UNITÉ

**Samasthiti studio – 23, rue de la Cerisaie – 75004 Paris
www.samasthitistudio.net -
e-mail : caroline.boulinguez@samasthitistudio.net**