

Cours de yoga - friendly pilates



Informations sur l'enseignant

Nom: friendly pilates
Nom friendly pilates
d'entreprise:
Téléphone: Route de Frontenex 130
Pays:
État/Région/Province:
Ville:
Adresse: 1208

Détails de l'annonce

Informations sur le cours

Titre du cours: Cours de yoga - friendly pilates
Brève description: Nous proposons des cours collectifs en petits groupes
Description: Le Hatha-yoga est une forme particulière de yoga qui a été codifiée en Inde, avant d'atteindre, au XXe siècle, l'Occident. Il signifie « yoga d'effort » et concerne principalement l'éveil spirituel par les postures correctes (āsana), la discipline du souffle (prāṇāyāma) et la méditation.
Soumis: 19.08.2017