# Guide Loisirs

Saint-Paul d'Abbotsford

**PRINTEMPS 2023**

## Comment s'inscrire?

L'inscription au cours et le paiement se font auprès de l'enseignant.

### ANNULATION

Ce cours pourrait ne pas avoir lieu si le nombre de participant n'est pas atteint. Dans un tel cas, les participants déjà inscrits seront remboursés en totalité.

## ENFANTS

**YOGA POUR ENFANTS**

France Couture
Courriel : info@miniyogi.ca **(inscription par courriel)**
Téléphone : 450 778-7468
*Matériel requis : tapis de yoga, bouteille d'eau, tenue décontractée
Lundi 15h15 à 16h (5 à 7 ans)
Mercredi, 15h15 à 16h (8 à 12 ans)
****Pas de cours les 10 et 12 avril et les 22 et 24 mai**
Début des cours : semaine du 27 mars 2023
Dernier cours : semaine du 11 juin 2023
$ 10 cours – Résident : 70$ / Non-résident : 100$
École Micheline-Brodeur (23 rue Ste-Anne)

Un moment de plaisir pour découvrir le merveilleux monde du yoga. Un temps d'arrêt pour retrouver calme et paix intérieure. Ce cours ludique, combine les postures, la pleine conscience, la gestion des émotions, la respiration et la relaxation.