

Yoga Seniors

Sans inscription
Tous niveaux
Contribution libre



- Autonomie
- Respiration
- Équilibre
- Prévention des chutes
- Sommeil
- Lien social
- Muscles, articulations
- Relaxation

Reprise des cours
Mercredi 9 septembre 2026
16h45-17h45

Salle de rythmique (petite salle de gym)
Rue des Écoles 29
1628 Vuadens



Des questions ?



079 950 22 97



barbara-yoga.ch