

DEFI MARATHON YOGA

DOJO de CAZAUX

33260 La Teste de Buch

Prêt pour le MARATHON du YOGA !

06 : 04 : 25

DE 9H30 À 14H00

9h 30 à 10h 00 – Pranayama

10h 00 à 10h 30 – Primal Moves

10h 30 à 11h 30 – Vinyasa

BREAK

11h 45 à 12h 45 – Equilibres et Inversions

12h 45 à 13h 30 – Yoga à 2 (étirement)

13h 30 à 14h 00 – Nidra Yoga

Participation : 30 € (thé, eau, collation, brunch offerts)

Inscription par mail : contact@maryoga.fr