



JOURNÉE SPÉCIALE
“ Lumières d’hiver ”

Le 28 janvier 2018

⇒ Atelier :

**“Les postures en ouverture thoracique :
la clé d’un optimisme au quotidien.”**

avec **Nathalie VILLEMAIN** – Formatrice IER

- Séance de hatha-yoga : 10 h 30 à 12 h
- Causerie : 12 h 30 à 14 h 00

Institut Éva Ruchpaul – 69, rue de Rome - 75008 PARIS - Tél. 01 44 90 06 70
e-mail : eva.ruchpaul@wanadoo.fr - Site : www.yoga-eva-ruchpaul.com