

Breizh YogiZen



*Cours de yoga adaptés à chacun,
pour un équilibre harmonieux
du corps et de l'esprit*

Postures (asanas), techniques respiratoires
(pranayama) et relaxation



HORAIRES

MERCREDI



PÉDERNEC – Salle des Fêtes

- 9h30 – 10h45 Yoga
- 11h00 – 12h00 Yoga sur chaise



KERMOROC'H – Salle Coquelicot

- 18h00 – 19h15 Yoga
- 19h45 – 21h00 Yoga



LIEUX DES COURS

PÉDERNEC – Salle des Fêtes
(matin)

KERMOROC'H – Salle Coquelicot
(soir)



TARIFS



Adhésion à Breizh YogiZen : 10 € / an



YOGA

- 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} trimestres : 108 €



YOGA SUR CHAISE

- 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} trimestres : 91 €



Inscription à l'année



REPRISE DES COURS

à partir du
mercredi 16 septembre 2026



Guislaine 

Breizh-YogiZen

☎ 06 78 69 70 16

✉ guislainev@yahoo.fr

🌐 breizhyogizen.com



Le yoga n'est pas une performance, c'est un retour à soi.

