

Actu locale | Grésivaudan

**SAINT-MAXIMIN**

## **L'ASSM propose un stage de yoga le 10 février**

Samedi 10 février, de 9 heures à midi, l'Association sportive de Saint-Maximin organise un stage original, intitulé "Atelier yoga et son", animé par Nadine Zen, dans la salle Marie-Louise.

« Habituellement, le yoga se pratique dans le silence pour permettre une plus grande intériorisation. Mais que peut apporter le son à sa pratique ? C'est l'invitation que cet atelier "Yoga et son" vous invite à découvrir et à ressentir dans votre corps... », annonce l'animatrice.

Les inscriptions et renseignements se prennent sur [mariefrancoise.chenevier@dbmail.com](mailto:mariefrancoise.chenevier@dbmail.com) ou au 06-11-45-58-59.

Les inscriptions se font avant le 8 février.