



YOGA DU FROID TUMMO

SORTEZ DE VOTRE ZONE DE CONFORT

Venez expérimenter le froid, dépasser vos limites,
clarifier votre esprit, régénérer votre corps
et votre mental par ce renforcement tonique
et cardio-pulmonaire

28-29 NOVEMBRE 2020
VALLÉE D'AOSTE^(IT), 2000 M

Loris Hofmann
Enseignement du Yoga
079 287 34 93
www.yoga-8.ch