

# HAMSA YOGA



## À ST-ORENS

Respirez. Bougez. Ralentissez.

**SAMEDI**  
**13 & 20**  
**JUIN 2026**

**9H30 - 11H30**

**LE YOGA,  
C'EST ICI !**



**OUVERT À TOUS**  
Aucun niveau  
requis



**MARCHÉ DE  
PLEIN VENT**  
Ambiance conviviale  
et locale



**HALLE  
SPORTIVE**  
À 1 minute  
à pied

**ATELIERS DE 20 MINUTES – ENTRÉE LIBRE**



**ATELIER 1**  
Éveil  
postural



**ATELIER 2**  
Souffle



**ATELIER 3**  
Son



**ATELIER 4**  
Instant  
méditation

**VENEZ VOUS OFFRIR UN MOMENT POUR VOUS !**  
**HAMSA.ASSO@GMAIL.COM • WWW.YOGAHAMSA.FR**