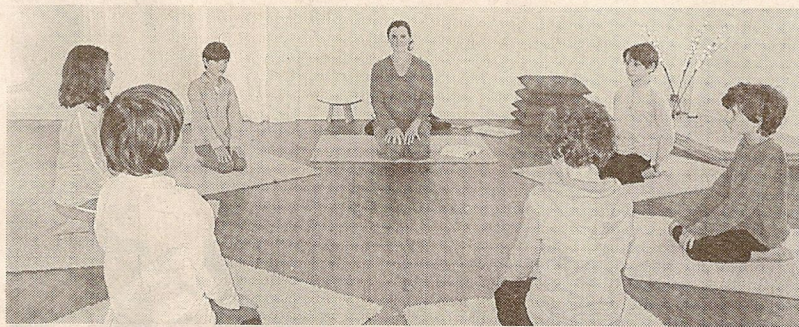


Pléneuf-Val-André

Val Yoga : des séances avec la Ligue contre le cancer



L'association Val Yoga propose des cours de yoga et relaxation, pour tous les âges, de la femme enceinte à la personne âgée, en passant par les enfants. Ils sont animés par Fabienne Costa. Des cours qu'elle complète en collaboration avec la Ligue contre le cancer et le réseau cancérologie on-carmor par des séances de relaxations et postures douces adaptées aux personnes touchées par la maladie.

Un cycle de six séances sera proposé du 8 novembre au 13 décembre le mardi de 11 h à 12 h par petits groupes. Renseignements et

inscriptions (8 €) auprès de la Ligue contre le cancer, tél. 02 96 94 78 14.

Les autres cours : ils ont lieu le lundi de 15 h à 16 h, 17 h 15 à 18 h 15 et 18 h 30 à 19 h 30, le mardi de 18 h 30 à 19 h 30 et de 20 h 15 à 21 h 15 (cours plein) et le mercredi de 17 h à 17 h 45 pour les enfants et de 20 h 15 à 21 h 15.

Il est toujours possible de s'inscrire auprès de Fabienne Costa, professeur diplômée affiliée à la fédération nationale des enseignants de yoga. Les cours ont lieu au 5, impasse Frédéric-Le-Normant (lotissement de la Motte).

lundi 31/10/2011 OUEST FRANCE