

S'offrir le bien-être

**-Centre-Multi-Medic-
2010**



**Le yoga est au corps
ce que la méditation est à l'esprit**

Les midis Zen

6 janvier au 15 mars

Yoga Bien-être

10 janvier au 14 mars

Yoga détente

18 janvier au 22 mars

Yoga initiation

10 février au 14 avril

Lundi et mercredi

De 12h15 à 13h15

Dimanche

10h30 - 12h00

Les lundis soirs

De 19h à 20h30

Les mercredis soirs

De 18h30 à 20h00



Monica Dokupil

professeure certifiée de yoga

514-658-5328

www.asanayogamontreal.com