

Yoga du rire

Venez profiter des bienfaits
du rire pendant 1h !
Deux lieux : Rodez &
Baraqueville



TARIFS / PERSONNE

Première séance
découverte offerte!

Baraqueville :

- Abonnement 5 séances :
50€
- A l'année : 135€

Rodez : 10€ la séance

POURQUOI RIRE?

LES BIENFAITS :

*Pour la santé, le moral, l'énergie,
la confiance en soi, etc...*

COMMENT :

*Sans utiliser l'humour, des rires
forcés à travers des exercices
ludiques pour retrouver son âme
d'enfant et sécréter toutes les
hormones qu'on aime !*

POUR QUI :

*Tout le monde peut rire, les
séances sont accessibles aux
personnes en bonne santé qui
souhaitent le rester ;)*



Plus d'informations et inscriptions :

06 23 65 19 21 | segalaenjoie.fr

BARAQUEVILLE

Lieu :

Foyer logement les Fontanilles
533 rue du Puech

1 mardi/2 de 18h à 19h

Dates 2026-2027 :

8 et 22 septembre
6 octobre
3 et 17 novembre
1er et 15 décembre
12 et 26 janvier
23 février
9 et 23 mars
20 avril
4 et 19 mai
1er, 15 et 29 juin

RODEZ

Lieu :

Espace Ananda
9 rue Victoire Massol

1er vendredi du mois de 18h à 19h

Dates 2026-2027 :

11 septembre
2 octobre
6 novembre
4 décembre
8 janvier
5 février
5 mars
2 avril
14 mai
4 juin
2 juillet



Plus d'informations et inscriptions :

06 23 65 19 21 | segalaenjoie.fr