

Nouveau au Club Léo Lagrange

ATELIER COLLECTIF AVEC ALEXIA LAGACHE

YOGA SUR CHAISE

RELAXATION RESPIRATION MOBILITÉ DOUCE

Réservez votre chaise au **07 69 54 79 91 !**



Le jeudi

12H15 - 13H15



Réduire le stress et l'anxiété
Soulager les tensions musculaires
Renforcer la souplesse et la posture

Prenez soin de vous en cette rentrée 2025/2026 !