

Mettez votre corps en mouvement en douceur
en respectant vos possibilités

SÉANCE DÉCOUVERTE YOGA ADAPTÉ

Animée par Nadine Zen, coach sportif

Mardi 3 mars 2026 de 11h15 à 12h15

Au centre Gentiane, 340 rue du Maniglier, 38530 Pontcharra



Contacts et inscriptions

Manon Mottin
06 11 33 53 95
mmottin@le-gresivaudan.fr