

# Yoga

**jeudi 27 avril 2023 - première séance**

La délégation UNAFAM Seine-Maritime vous propose de participer à une première séance de yoga, pour découvrir une activité apaisante à votre rythme et trouver de nouvelles ressources.

Proposé bénévolement par Murielle N'DIAYE.

Tous les jeudis de 17h à 18h,

au CH du Rouvray, local UNAFAM - pavillon des associations, à Sotteville-lès-Rouen

Prévoir une tenue de sport adaptée, une serviette et un tapis adéquat.



---

## Coupon réponse à retourner

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : .....

..... personnes participantes

je possède un tapis

je n'ai pas de tapis