



YOGASTRA - LES ÉTOILES DU YOGA



Eléa Suy Cours de yoga collectifs et individuels

Enseignante en Vinyoga, je transmets avec passion cette belle tradition du yoga qui s'adapte à chacun·e. Les séances proposées sont ainsi ouvertes et accessibles à tous et tiennent compte des caractéristiques, besoins et aspirations de chaque participant. La pratique enseignée se veut la plus holistique possible pour vous accompagner sur le chemin de la (re)connexion à Soi.

La respiration y occupe une place centrale afin d'apporter de la conscience au mouvement.

Soyez le/la bienvenu·e.



Yogastra
Rue centrale 18a
1955 Chamoson

+41 76 461 60 45

eleasuy@hotmail.fr
www.yogastra.ch