

# VILLE DE LA VERRIÈRE

## Initiation yoga



Mercredi 14 janvier 2026

Le CSC propose un cours d'initiation au Yoga le mercredi 14 janvier.

Apprendre à se détendre, à gérer son stress, à mieux dormir et à vivre mieux au quotidien, grâce à la pratique du yoga à l'espace Rosa-Parks.

### Infos pratiques

Gratuit

Espace Rosa-Parks

### Contact

01 30 50 13 00 ou 01 30 50 71 61

[csc.be@mairie-laverriere.fr](mailto:csc.be@mairie-laverriere.fr)