



**Association Les Grands Jardins du Theil**

## **Jeudi 18 janvier à 20h00** **Séance de**



**Avec Régine Blas,**



*Pour démarrer l'année 2024 ensemble,  
Dans la bonne humeur et dans un élan de joie !*

Grâce à cette séance de yoga du rire vous profiterez de ses nombreux bienfaits.

Combinaison d'exercices de rire et de mouvements doux du corps  
Le rire est libérateur et bon pour la santé :

- **Libère les hormones du bien-être**
- **Tonifie les organes**
- **Stimule l'énergie**
- **Améliore la confiance en soi...**

**Lieu :** Ass. Les Grands Jardins du Theil  
28 rue de l'église Le Theil - 50330 Gonnevillè Le Theil

**Tarif :** 8€ - 6€ adhérents

**Réservation obligatoire - Places limitées :**

Nicole BRIARD – 06 63 01 24 80 - [lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com](mailto:lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com)  
<http://lesgrandsjardinsduthheil.fr>