

## Semaine bleue, initiation au yoga sur chaise

Jeudi 8 et vendredi 9 octobre de 10h30 à 11h30

Vous êtes senior ? Le yoga sur chaise est fait pour vous !



Vous avez 65 et plus, venez vous y initier et découvrir tous ses avantages pour un "bien vieillir" au quotidien.



### Coordonnées

Pôle musical et associatif Blaise Pascal  
Rue des écoles Jean Baudin  
78114  
Magny-les-Hameaux  
Infos pratiques

**Ateliers gratuits, attention nombre de places limité**

**Lieu : Pôle musical et associatif Blaise Pascal**

**Port du masque obligatoire**

Contact

**Inscription obligatoire auprès du service seniors au 01.39.44.71.18**