



Cours en entreprise



Studio Yoga Etc...

se déplace maintenant en entreprise

Apprenez à respirer, expirer et relaxer dans votre environnement de travail, sans vous déplacer.

Studio Yoga Etc... en entreprise c'est :



- Apprendre à gérer son stress
- Augmenter l'énergie au travail
- Favoriser la concentration
- Développer la créativité
- Éviter l'épuisement professionnel
- Calmer le mental
- Favoriser la conciliation travail-famille
- Améliorer l'esprit d'équipe

Également disponible...

- Yoga • Taichi • Pilates
- Qi-gong • Stretching • Méditation

Contactez-nous pour plus de détails
Soumission en ligne disponible

yogaetc.ca
info@yogaetc.ca

France Beaulieu, propriétaire



Inspirez, expirez... appelez !

450•951•YOGA (9642)

Tous ces cours sont également offerts dans les locaux du Studio Yoga Etc, au 1436, boul. Labelle, suite 106, Blainville.