

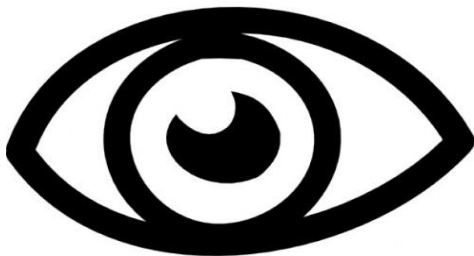


Le **C**entre **I**ntercommunal d'**A**ction **S**ociale d'Eckwersheim,
Lampertheim, Mundolsheim, Vendenheim

en partenariat avec l'association **YOGA ASANA**

propose

YOGA DES YEUX



Apprenez par des exercices
simples et accessibles à :

- Relâcher les tensions oculaires
- Entretenir une bonne mobilité des muscles de l'oeil
- Développer le calme mental par la respiration

Atelier de 3 rencontres (réservé aux + de 55 ans) :
Les jeudis 17, 24 et 31 janvier 2019 de 14h30 à 15h30
Au centre culturel de Vendenheim



**Sur inscription au CIAS (places
limitées)**

03.88.64.78.04 ou animation@cias-

vendenheim.fr