

## Centre de Yoga Indra du Val d'Oise

Cette association a pour but de promouvoir et d'enseigner le yoga selon la méthode de BKS IYENGAR. Formation études connaissances pratiques et technique visant à l'approfondissement du yoga pour développer confiance, équilibre, sûreté et volonté de soi. Formation continue des enseignants leur permettent d'obtenir des compétences sans cesse renouvelées et approfondies, toujours dans le but de les enseigner aux adhérents.

Mardi : 18h00 - 22h00 : **Salle Annexe Maubuisson**

Jeudi : 18h00 - 22h00 : **Gymnase Saint Exupéry**

Association

### Sport

Christine Saintyrian

Coordonnées

Place du 30 Août

Liens utiles

[Site internet](#)

Contact

**06 83 41 63 87**

[c.sai@free.fr](mailto:c.sai@free.fr)