

Club Léo Lagrange
27 avenue De Lattre de
Tassigny
11100 NARBONNE -
Salle au Rez-de-Chaussée



Le Yoga' Du Rire

VENEZ FAIRE LE PLEIN DE POSITIF, DE DYNAMISME, DE VITALITÉ

VENDREDI 29 NOVEMBRE DE 18H A 19 H

Proposé par

NATARANDA

Qu'est-ce que le Yoga du Rire ?

Le Yoga du rire est un concept révolutionnaire né de l'idée originale du Dr Madan Kataria, un médecin de Mumbai. En Inde, il a lancé le premier club de rire dans un parc le 13 Mars 1995 avec seulement une poignée de personnes.

Aujourd'hui, le phénomène est mondial et des milliers de clubs de rire sont aujourd'hui recensés (2020) dans plus de 105 pays.



Le Yoga du Rire est un ensemble d'exercices de rires et de respiration.

C'est un rire sans raison, il n'est pas nécessaire d'avoir de l'humour pour le pratiquer.

Par cette pratique ludique, cette thérapie du bonheur pur par excellence ré-éveille votre enfant intérieur qui sommeille en vous.



TARIF : 14€

SEANCE COLLECTIVE

**INFORMATIONS ET RESERVATIONS AU
06 81 90 54 84**

Nathalie VINCENT - sonotherapie.ydr@gmail.com

www.nataranda.com

-  [nataranda](#)