

Atelier Yoga

Association Loi de 1901 à but non lucratif

Les ateliers du deuxième trimestre 2014-2015

Samedi, 21 mars 2015

Les protéines végétales

Avec Anne Bonnin, naturopathe à Poitiers



De 14h30 à 17h, Accueil dès 14h, par Mme Anne Bonnin
A son cabinet, au 105, rue des quatre roues, à Poitiers

Les protéines animales et végétales, c'est quoi ?

Comment manger moins de viande ?

Focus sur les céréales et légumineuses, les graines germées.

La question du gluten.

Un support écrit sera remis à chaque participant.

Pour voir abordées des questions particulières, écrivez à Mme Anne Bonnin
<annebonnin@naturopathe-poitiers.fr>

L'atelier est gratuit pour les personnes inscrites au cours de yoga à l'année.

Les personnes inscrites à la séance en bénéficient en raison d'un « ticket-séance ».

Pour les personnes extérieures au cours, une participation de 20 euros est à régler auprès de notre hôte.

Maison de quartier SEVE, 11 Bld St Just, 86000 Poitiers

atelieryoga86@yahoo.fr