

# Atelier de diététique ayurvédique

SAMEDI 23 MARS 2024

10H00/12H15  
45 €

Orgères

PRATIQUE DE YOGA SUR LA SPHERE DIGESTIVE  
PREPARATION DIETETIQUE AYURVEDIQUE

- kitchari, ghee et boisson ayurvédique (prévoir un pot pour récupérer le ghee, un thermos pour la boisson et un tuperware pour récupérer une part de kitchari).

