



YOGA GOLF

Groupe minimum de 10 personnes

Une toute nouvelle expérience pour les golfeurs, qui permet de pratiquer leur sport favori de manière plus sentie, plus intime et plus profonde.

Grâce aux techniques de respiration et de visualisation propre au yoga et à la méditation, on y apprend des postures simples, spécifiquement étudiées pour améliorer les mouvements.

Résultat : une préparation mentale étonnante pour une meilleure concentration et une précision accrue.