

My DSP & Me



Ages 10 & up!

A welcoming accessible yoga class where all bodies and abilities can move comfortably, with chair options available. \$5 per pair of attendees. Register on Eventbrite. Sponsorships available through Advocate Access NW.



Yoga Younion

Move into stillness

Instructed by April
with a Non-Hierarchical Approach

Bring a mat if you have one;
mats available for those who
do not

Wear comfortable clothing
with slip off shoes

Last Thursday of each month - 5 PM - 5:45 PM

1805 St. Helens Street, St. Helens, OR 97051

REGISTER NOW



Sign-Ups on Eventbrite! Waiver Required



Mi DSP y Yo



¡Edades de 10 años y adelante!

Una clase de yoga acogedora y accesible donde personas de todas las capacidades pueden moverse con comodidad; hay opciones con silla disponibles. \$5 por pareja de asistentes. Regístrate en Eventbrite. Hay patrocinio disponible a través de Advocate Access NW.



Yoga Yunion

Move into stillness

Impartido por April
con un enfoque no jerárquico

Trae tu esterilla si tienes una;
hay esterillas disponibles
para quienes no tengan

Lleva ropa cómoda y
calzado fácil de quitar

Último jueves de cada mes - 5 PM - 5:45 PM
1805 St. Helens Street, St. Helens, OR 97051

REGÍSTRATE AHORA



¡Inscripciones en Eventbrite! Se
requiere exención de responsabilidad

