

*Forme et Culture est une association loi 1901 qui avait pour origine l'activité sportive au sein de la commune. De fait pendant quelques années, des cours de « remise en forme » se sont déroulés à la salle polyvalente de Seuilly.*

*Après quelques années d'abandon, le cadre de l'association a permis une nouvelle pratique sur notre commune : le yoga.*

*Madame Antoinette Bourdin propose un cours d'une heure et demie le lundi soir à 18h30.*

*Cette activité physique, non violente, toute en étirements et musculation douce devient au fil des années très agréable, reposante et bénéfique sur tout l'organisme ainsi que sur le mental.*