

Du phare à la Milady

Ashtanga yoga : on tente ?

■ Savez-vous pourquoi Madonna, Meg Ryan, Cameron Diaz et toutes ces petites femmes parfaites, se promènent dans les rues un tapis de sol sous le bras ? Non ? Question pourtant existentielle. Vraiment pas ? Pour faire des abdos pensez-vous. Eh bien non, c'est parce qu'elles s'adonnent à l'ashtanga yoga. Et l'ashtanga yoga a franchi l'océan, on pourra désormais le pratiquer à Biarritz, du 13 au 17 août, où se tient un stage au Biarritz Olympique. Mais c'est quoi donc l'ashtanga yoga ? Un yoga qui développe l'endurance et la résis-

tance, qui donne de l'énergie, oxygène la peau, renforce les abdos, le fessier, développe les muscles félins. C'est un yoga joyeux. Christine Serena, professeur d'Ashtanga Yoga assure la formation avec Caroline Boulinguez, pionnière du genre en France. Contact au 06.64.31.24.46.

« La route fleurie »

■ Depuis sa création par Bourvil, Annie Cordy et Georges Guétary, le succès de « La route fleurie » n'a jamais été démenti. Un savant dosage entre rire et chanson qui fait de cette opérette une des plus gaies du répertoire. Ce samedi 10 août à 21 heures au Casino municipal la Compagnie française de l'opéra à l'opérette, interprètera cette œuvre indétronable, dont la musique est signée Francis Lopez. Locations à l'Office de tourisme : 05.59.22.44.66.