



vzw

Boelare 23 bus 10 9900 Eeklo

yogahalasanaeeklo@gmail.com

Tel 050 35 52 79

[www.yogahalasanaeeklo.be](http://www.yogahalasanaeeklo.be)

RPR Gent 0.425.435.862

## YOGA VOOR BEGINNERS

### **U bent van harte welkom op onze reeks beginners.**

Op dinsdag van 20.00 tot 21.15 uur, vanaf **18 januari tot en met 17 mei 2022**, niet tijdens de schoolvakantie, totaal 15 lessen.

Op deze sessies zijn geïnteresseerden eveneens welkom.

Het aantal plaatsen is beperkt.

**Prijs** : 90 euro voor de reeks van 15 lessen.

Er worden geen lidgelden teruggestort.

**Plaats** : De turnzaal van het Psychiatrisch Ziekenhuis, Oostveldstraat 1 in 9900 Eeklo.

U kunt gebruik maken van de parkings op het domein.

**Meebrengen** : isolerend matje + handdoek, dekentje en kussentje. U draagt losse sportkledij.

Gelieve vooraf naam, adres, telefoon en mailadres op te geven:

per mail: [yogahalasanaeeklo@gmail.com](mailto:yogahalasanaeeklo@gmail.com)

of per tel. 050 35 52 79.

Betaling : ter plaatse of door overschrijving op rekening IBAN BE28 9731 1213 0620

BIC ARSP BE22 van Yoga-Halasana-Eeklo v.z.w., met vermelding van "lidgeld beginnerscursus", en uw persoonlijke naam.

Het is belangrijk dat we tijdens yoga volgende "gouden regels" in acht nemen:

\* Geen handen geven, knuffelen of kussen bij een begroeting.

\* De afstandsregel = 1.50 meter afstand respecteren.

\* Draag een mondkapje als bijkomende bescherming tot je een plaatsje hebt.

\* Heb je corona-symptomen of voel je je ziek, kom dan niet.

De combinatie van zachte oefeningen, yogahoudingen en ademhaling zal U in contact brengen met de diepere lagen in Uw lichaam.

Regelmatig oefenen versterkt, versoepelt, geeft rust en zet U op weg naar zelfontplooiing.

Yoga Halasana Eeklo vzw

Boelare 23 bus 10, 9900 Eeklo

Tel 050 35 52 79

[yogahalasanaeeklo@gmail.com](mailto:yogahalasanaeeklo@gmail.com)