



VZW

Boelare 23 bus 10 9900 Eeklo

yogahalasanaeeklo@gmail.com

Tel 050 35 52 79

www.yogahalasanaeeklo.be

RPR Gent 0.425.435.862

YOGA VOOR BEGINNERS

Van harte welkom op onze reeks beginners.

Vanaf **17 januari tot en met 28 maart 2023**, van 20.00 u tot 21.15 u.

Prijs: 54 € voor de reeks van 10 lessen.

De eerste les is gratis en bied je de mogelijkheid tot kennismaking, waarna je kunt beslissen om in te schrijven voor de reeks.

Data: 17, 24 en 31 januari, 7, 14 en 28 februari, 7, 14, 21 en 28 maart (geen les op 21 februari in de krokusvakantie)

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

Gratis parking (P2) vlak bij de turnzaal.

Meebrengen: isolerend matje + handdoek, dekentje en kussentje.

Inschrijven: Graag naam, adres, telefoonnummer doorgeven.

yogahalasanaeeklo@gmail.com

of 050 35 52 79.

Betaling: contant of op rekening BE28 9731 1213 0620 van Yoga-Halāsana-Eeklo v.z.w., met vermelding van "lidgeld beginnerscursus", en jouw naam.

Wat mag je verwachten?

Een combinatie van zachte oefeningen, yogahoudingen en ademhalingstechnieken.

Regelmatig oefenen versterkt, versoepelt, geeft rust en zet je op weg naar zelfzorg.

De andere sessies op dinsdag- en donderdagavond zijn voor al wie reeds yoga gevolgd heeft.