



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

Eeklo 30 mei 2024

## YOGA VOOR BEGINNERS

### **Van harte welkom op onze reeks beginners.**

Vanaf **10 september tot en met 19 november 2024**, 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:** 10, 17 en 24 september, 1, 8, 15 en 22 oktober, 5, 12 en 19 november  
(geen les op 29 oktober in de herfstvakantie)

**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](mailto:yogahalasanaeeklo@gmail.com)  
0470 88 03 40 of 050 35 52 79.

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

Via uw ziekenfonds is er per kalenderjaar mogelijkheid om een gedeelte van het lidgeld terug te krijgen.

### **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 er voor al wie reeds yoga gevolgd heeft.

Hendrik Vanhaecke

Yoga Halasana Eeklo vzw