



In juli en augustus:

Verdiepende zomeryogalessen bij Yoga Sadhana door Sascha

Lesinhoud: mantra, meditatie, lichaamsoefeningen, adem oefeningen, Yoga Nidra diepteontspanning.

Lesduur: 1,5 uur tot 1 uur en 3 kwartier zijn. Deze lessen zijn voor iedereen toegankelijk en te volgen!

Data:

woensdag 12 juli van 19.30 tot 21.15 uur

woensdag 26 juli van 19.30 tot 21.15 uur

woensdag 16 augustus van 19.30 tot 21.15 uur

woensdag 30 augustus van 19.30 tot 21.15 uur

Geef je hiervoor svp van tevoren op via om@yogasadhana.nl. Vol is vol.

Wil je alle vier lessen volgen betaal je € 45 (€ 40 kleine beurs). Voorafgaand te betalen. Wil je alleen enkele lessen volgen betaal je € 14 per (lange) les. Ook hiervoor voorafgaand opgeven svp.