



Praktijk voor:
lichaamsgerichte traumaverwerking
psychosomatiek
ontspanning
coaching

SCHRIJF IN JE AGENDA!

ZATERDAG 12 NOVEMBER INLOOPDAG:

- 10.15-11.15u Body&Mind Fit, Andrea Kuijpers
- 11.30-12.30u Yoga, Judith Schram
- 12.45-13.45u Meditatie, Judith Bosman
- 14.00-15.00u Yoga Nidra, Judith Bosman
- Kosten: geen!
- Waar: kleine zaal Move!, Churchillplein 1
- Maximaal aantal deelnemers: 10; VOL=VOL!

Je bent van harte welkom om op een ontspannende manier kennis te maken met de docenten en de verschillende vormen van Yoga en Body&Mind Fit!

HUIDIG LESROOSTER: je kunt instromen wanneer je wilt, bel gerust of er plek is!

YOGA:

Maandagavond, Yin Yoga en Yoga Nidra **Tijd:** 19.00-20.00u **Door wie:** Judith Schram.

Woensdagavond, alle yogavormen **Tijd:** 19.00-20.00u **Door wie:** Judith Schram.

BODY&MIND FIT:

Dinsdagochtend, combinatie van pilates en verschillende yogavormen **Tijd:** 9.00-10.00u **Door wie:** Andrea Kuijpers.

BABY YOGA: zaterdag 12 november **Tijd:** 9.00-10.00u **Waar:** kleine zaal Move!, Churchillplein 1
Kosten: 17 euro 50 **Door wie:** Andrea Kuijpers.

Voor verdere informatie: mail naar info@move-akersloot.nl of bel naar **0251-314447**. Zie voor informatie www.move-akersloot.nl wat betreft de verschillende yoga vormen.

Churchillplein 1
1921 ET Akersloot
tel 0251 31 44 47
info@praktijklavida.nl
NL511INGB0663576393
t.n.v. P.R. Rozeman
K.v.K. 70647771