

Deze website maakt gebruik van cookies. Door gebruik te maken van deze website geeft u toestemming voor het plaatsen van cookies.

## Yoga Najaar 2022

Yoga leert je om met een ontspannen lichaam en geest krachtig in het leven te staan. Door yoga-beoefening wordt je lichaam vitaler en kan je innerlijke rust vinden. Iedere volwassene, ongeacht leeftijd en soepelheid, kan met voldoening aan onze lessen deelnemen omdat we de oefeningen afstemmen op de deelnemers. Yoga beoefenen we zonder competitie.

Doorheen de cursus krijg je een veelheid aan lichaamsoefeningen, ademtechnieken en ontspanningsmethodes. Vanuit onze uitgebreide ervaring maken we van iedere les een aangename, ontspannende beleving.

**Alle lessen vinden plaats op woensdag**

**Vanaf 7 september 2022**

**Groep I van 9u tot 10u**

**Groep II van 10u20 tot 11u20**

**Prijs voor 15 lessen: 110 euro**

Inwoners van Maaseik krijgen 10 euro korting.

Een kennismakingsles is mogelijk voor 5 euro.

Later instromen kan.

### **Info en inschrijvingen**

Etienne Moors

[etienne.moors@yogacentrumgenk.be](mailto:etienne.moors@yogacentrumgenk.be)

089 363 962

0478 295 199



# CULTUUR MAASEIK