

Relaxatie & Meditatie

Dinsdagvoormiddag

Sporta

Annie Eysermans

Beschrijving Lichamelijke en geestelijke ontspanning, stoelyoga, zelfheling, innerlijke rust, ademhalingstechnieken en positief denken

Doelgroep Iedereen is welkom

Materiaal Dekentje, yoga mat, kussentje, sokken, losse kledij

Cursusgroep Algemeen vormend

Opmerking Startdatum: 8 september 2020

Frequentie: wekelijks van **9.15 u – 11.30 u**

Inschrijven tot: blijvend open, min. 6, max. 17 cursisten