

MENS-WENS

NIEUWE BIJEENKOMSTEN VANAF MAART 2021

Levenskunst Uit je hoofd, in je hart!

voor kinderen/jongeren van 13 t/m 17 jaar
Individuele sessies zijn tevens mogelijk

ELKE DONDERDAG VAN 16.30 TOT
17.15 UUR EEN GEZELLIG SAMENZIJN
OM HET LICHAAM IN BALANS TE
KRIJGEN. HOE? DOOR LEUKE
ADEMHALINGSTECHNIEKEN, KORTE
MEDITATIE EN MOOIE OEFENINGEN!
WAT LEVERT DAT OP? MEER RUST,
BETERE CONCENTRATIE, GOED BIJ JE
GEVOEL KUNNEN KOMEN EN EEN
RUSTIGER HOOFD!

Kleine groepjes
Kosten € 7,50 per keer
**Zelf meenemen: (yoga)matje,
dekenkje en een flesje water.**

Opgeven: mail@mens-wens.nl
Meer info: www.mens-wens.nl