

MENS-WENS

NIEUWE BIJEENKOMSTEN VANAF MAART 2021

Levenskunst Uit je hoofd, in je hart!

Volwassenen vanaf 18 jaar
Individuele sessies zijn tevens mogelijk

**ELKE MAANDAG VAN 10.00 TOT
10.45 UUR EEN GEZELLIG SAMENZIJN
OM HET LICHAAM IN BALANS TE
KRIJGEN. HOE? DOOR DIVERSE
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,
dekenje en een flesje water.**

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