



Yogacentrum Leeuwarden

nieuwsbrief

LIEVE MENSEN, DE LAATSTE LESWEEK STAAT VOOR DE DEUR.
VANAF 21 TOT 30 DECEMBER IS DE YOGASCHOOL DICHT. IN
 DEZE NIEUWSBRIEF INFO OVER LESSEN IN DE KERSTVAKANTIE EN
 NIEUWE LESSEN IN HET NIEUWE JAAR!

kerstrooster

MAANDAG 30 DECEMBER

YANG-YIN LES
 19 - 20 UUR.

DONDERDAG 2 JANUARI

YIN YOGA / NIDRA
 19.30 - 20.30 UUR

VRIJDAG 3 JANUARI

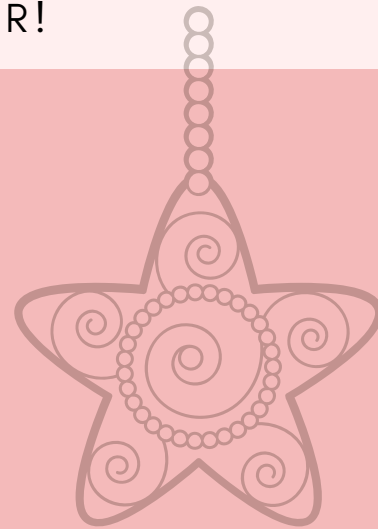
HATHA 9 - 10 UUR
 &
 ZWANGERSCHAPSYOGA
 10.15 - 11.30 UUR

INSCHRIJVING VIA
 MOMOYOGA.

**MAANDAG 6 JANUARI
 START HET REGULIERE
 ROOSTER WEER.**

nieuwe juf

VANAF 11 JANUARI
 STAAT ER EEN NIEUWE
 LES OP HET ROOSTER.
 OM DE TWEE WEKEN KUN
 JE VAN 9.30 - 10.30 UUR
 EEN LES OP
 ZATERDAGOGHTEND
 KOMEN DOEN.



DOCENTE IS, IN
 TEGENSTELLING TOT
 EERDERE
 BERICHTEN, **EVA
 VAN DER PLOEG.** ZE
 GEEFT HATHA EN
 VINYASA YOGA. IN
 DEZE LES OP
 ZATERDAG MAAKT
 ZE DAAR EEN MIX
 VAN. KORTOM:
 KRACHT,
 SOEPELHEID, ADEM
 EN ONTSPANNING.





IN HET NIEUWE JAAR ZIJN ER MOOIE LESSEN DIE WE EXTRA AANBIEDEN NAAST HET REGULIERE ROOSTER.

Agenda

ZONDAG 2 FEBRUARI
MERIDIAANSTREKKINGEN
DOOR VERA

ZATERDAG 22 FEBRUARI
SAVASANA "LIG
CONCERT" DOOR
LOVELY

ZATERDAG 8 MAART
'AYURVEDA VOOR
VROUWEN' DOOR
MIRJAM

ZATERDAG 29 MAART
RESTORATIVE-NIDRA LES
DOOR LOVELY

CHAKRA DRIELUIK
EVA EN MIRJAM GAAN
OOK IN HET NIEUWE
JAAR
VERDIEPINGSLESSEN
GEVEN OVER DE
CHAKRA'S. MEER INFO
EN DATA VOLGEN NOG!

Dr. Amruta

OP 16 EN 17 JANUARI
KOMT AYURVEDISCH
ARTS AMRUTA ATHALE IN
YOGACENTRUM
LEEWARDEN CONSULTEN
AFNEMEN. VOERTAAL IS
ENGELS (VERTALER
AANWEZIG).
KOSTEN 90 EURO.



ZIT JE MET EEN
GEZONDHEIDSVRAAG
EN ZOEK JE EEN
PRAKTISCHE
OPLOSSING, DAN KAN
AYURVEDA JE HELPEN.
ADVIEZEN ZIJN VAAK
GEBRUIK VAN
(WESTERSE) KRUIDEN,
AYURVEDISCHE
BEHANDELINGEN EN
LEEFSTIJLADVIES.

EEN CONSULT DUURT
45 MINUTEN, VOORAF
GEGAAN DOOR EEN
UITGEBREIDE
SCHRIFTELIJKE INTAKE.

WIL JE MEER WETEN
OVER AYURVEDA OF
HEB JE VRAGEN KIJK
DAN OP
MIRJAMVANDERVEEN.NL
VOOR MEER INFO.

**WIJ WENSEN JULLIE HELE FIJNE FEESTDAGEN
& EEN LIEFDEVOL 2025!**

Mirjam, Elco, Eva, Lovely, Elbrecht, Eva

