

Yoga | maarssen

Meditatie en Japa Mala

Maandag 4 juli

20.30 – 22.00 uur



In deze les neemt Alaknanda Puri, Ayurvedisch arts en yogaleraar, je mee in de wereld van Japa mala en meditatie. Japa mala is een concentratie oefening die je tot meditatie kan brengen. Kom ervaren wat dit voor je kan betekenen.

De kosten voor deze workshop is € 20,-.

De les is in het Engels.

Aanmelden kan via info@yogamaarssen.nl

Workshops

Nassastraat 16-2
3601 BG Maarssen
info@yogamaarssen.nl
www.yogamaarssen.nl