

MyoYin Zomer Special

Woensdag 18 juni 19.30 - 21.30 uur



Vier de zomer met deze **MyoYin Zomer Special**. Een extra lange Yinles gecombineerd met technieken uit Myofascial Release. Zachte massage balletjes, zorgvuldig geplaatst in een yinhouding, helpen om diepgewortelde spanning los te laten. Wat een positieve uitwerking heeft op zowel fysiek - als emotioneel niveau en ook kalmerend werkt voor ons zenuwstelsel.

Deze MyoYin les ook in het teken van de Zomer, waarin we het element Vuur in ons aanwakkeren en de Hart- en Dunne-darmmeridianen vitaliseren.

Start je zomer goed en geef je op voor deze MyoYin Zomer Special. Ook als je geen ervaring hebt met (yin)yoga kun je meedoen, ieder op z'n eigen niveau.

Docent: Elsbeth Reijmers

Kosten: leden €15 en niet leden €35

Inschrijven via info@yogamaarssen.nl