

Prana Yoga Flow

Zaterdag 25 mei 2019



docent: Alberto Paganini

Een yogastijl die je springlevend maakt, je hart opent en je geest tot rust brengt.

Kunnen we nog innerlijke rust, vitaliteit, geluk en stralende gezondheid beleven, te midden van onze hectische samenleving?

Alberto Paganini ontwikkelde voor de westerse mens "prana yoga flow": een creatieve, dynamische en ontspannende yogastijl die je springlevend maakt. Deze yogastijl opent het hart en brengt de geest tot rust.

Tijdens deze workshop beoefenen en combineren we op een originele manier waardevolle yogatechnieken door middel van lichaamshoudingen, ademhalingsoefeningen en ontspanningsoefeningen. Iedereen is welkom.

Geef je snel op voor deze geweldige yogadag! Lesdag is van 10 tot 17 uur inclusief 1 uur pauze.

Aanmelden kan via info@yogamaarsen.nl

Kosten: 75 euro



6 bijscholingspunten

Nassastraat 16-2

3601 BG Maarssen

info@yogamaarsen.nl

www.yogamaarsen.nl