



Vaesrade

YOGA

OPENINGSTIJDEN

Maandag 19:30 – 20:45 uur

Dinsdag 19:30 – 20:45 uur

Donderdag 19:30 – 20:45 uur

VAESRADE YOGA SCHOOL

Ben je op zoek naar een plek waar je kunt ontsnappen aan de dagelijkse drukte en tegelijkertijd je lichaam en geest kunt versterken?

Welkom bij onze yogaschool in het dorpshuis van Vaesrade, een oase van rust en welzijn in het hart van ons gezellige dorp.

LOCATIE

Sint Servatiusstraat 10a, Vaesrade (Nuth)



Yoga

“Yoga is the dance of every cell with the music of every breath that creates inner serenity and harmony.”

Debasish Mridha



November 2024

Hallo lieve mensen. Het gaat met de yoga in Vaesrade. De lessen zitten vol en het is fijn om te zien wat de yoga met jullie doet.

Het is ook fijn om wat nieuwe gezichten te zien die erbij zijn gekomen. Welkom, en ik hoop dat jullie je snel helemaal thuis gaan voelen bij Yoga Vaesrade.

Donderdagavond lessen

Helaas lukt het Kim door persoonlijke omstandigheden niet meer om de yin lessen op donderdagavond te geven. Terwijl ik hard op zoek ben naar vervanging verzorg ik voor jullie een hele rustige Zen Flow.

Yoga Nidra

De Yoga Nidra workshop was een groot succes. Op jullie verzoek organiseren wij er nog een voordat Marloes drie maanden op reis gaat. Op vrijdag 15 november geeft Marloes een workshop Yoga Nidra. **Dit is een absolute aanrader.** Het is een heerlijke begeleide meditatie, waarbij je heel de workshop op je matje ligt. Maar het is geen slaap-yoga, zoals soms wel wordt gedacht. Meer informatie hierover in Momoyoga onder het kopje Evenementen.



Heb je ook behoefte aan rust, ruimte, vitaliteit en leven vanuit (innerlijke) kracht en verbinding? Meld je aan of boek een proefles.

YOGA VAESRADE website

Onze nieuwe website: www.yogavaesrade.nl. is nu helemaal ingericht. Stuur deze link gerust door naar iedereen die je kent. Of zet die op jouw facebook of Instagram pagina.

Wij zijn er erg trots op en jullie hopelijk ook.

Beginnerscursus

Mocht je nog iemand kennen voor wie yoga goed zou kunnen zijn, dan kun je ze misschien wijzen op A Taste of Yoga. 3 lessen voor 25 euro om uit te proberen welke les bij jou past.

Meer informatie daarover op de Yoga Vaesrade website.