

SAMEN YOGA - WORKSHOP



Vind je het fijn om samen yoga te doen, gedragen door de adem en de ander?

Samen de yogahoudingen kunnen beoefenen is heerlijk! Het verbindt, verdiept, versoepelt, maakt voelbaar en steunt en nog veel meer.

Partner yoga is een bijzondere vorm van yoga waarin je de yogahoudingen op een nieuwe, andere manier kan ervaren.

Dankzij de bundeling van energie met een partner, de steun of juist het tegenwicht, zal elke deelnemer meer verdieping in de houdingen kunnen vinden. De reikwijdte van het lichaam, de ruimte voor beweging blijkt soms veel groter te zijn dan verwacht!

Naast de fysieke diepgang brengen de partner-yogahoudingen een heel scala aan emotionele thema's spelenderwijs aan de orde.

Je kunt alleen komen, je partner, maar ook een vriend of vriendin, buur, familielid of collega meenemen. Wij zorgen dat er altijd een yoga partner voor je beschikbaar zal zijn tijdens de workshop.

Stel je je ook open voor het onbekende? Welkom!

Wat

Partner Yoga Workshop

Wanneer

8 maart
19.30-22.00 uur

Waar

Studio Hartekracht
Paulus Potterstraat 12d
7204 CV Zutphen

Groepsgrootte

Maximaal 14 deelnemers

Bijdrage

€25

Info en aanmelden

info@hartekrachtyoga.nl
06 29302250



