

Hart ♥ Loper

Agenda Juli

Studio Hartekracht
Paulus Potterstraat 12d

Psychomotorische Therapie

Maandag 13:00-17:00 uur

Willeke Thiessens

www.zijaanzij.info

Praktijk Zij aan Zij

Hartekracht Yoga

Maandag 19:00 uur Hatha Yoga

Maandag 20:30 uur Yin Yoga

Dinsdag 9:00 uur Hatha Yoga

Dinsdag 19:00 uur Yin Yoga

Dinsdag 20:30 uur Yin Yoga

Woensdag 9:00 uur Hatha Yoga

Donderdag 9:00 uur Zachte Hatha Yoga

Donderdag 10:30 uur Zachte Hatha Yoga

Vrijdag 9:00 uur Hatha Flow Yoga

Ruby van den Berg

Hatha Yoga

Woensdag 16:30-17:30 uur

Een zachte vorm van hatha yoga met veel aandacht voor de ademhaling en ontspanning tijdens de houdingen.

Nienke Wagenvoort

Mannenyoga: In de stroom van adem en beweging

Woensdag 20:30-21:30 uur

Door het beoefenen van yoga maak je je lichaam leniger en sterker, verdiep je je gevoel voor evenwicht en lichaamsbewustzijn en is er ruimte om in stilte te zijn.

frank@harteklank.nl - 06-25339157

Harteklank - Frank Schagen

Singing Sister Circle

Donderdag 20:00-21:15 uur

Stembevrijding, soul singing, mantra zingen, stilte, zijn. Speciaal voor vrouwen om elkaar te ontmoeten, te bekrachtigen, te eren, te bemoedigen, te zien en te horen, te voelen en te vieren.

Erica Nap

Cursus Ontspannen Bevalen

Vrijdag van 19.30 tot 21.00

Aandacht voor jou, je zwangerschap én de baby. We doen samen zachte yoga oefeningen, mindfulness en ademtechnieken. Je krijgt eerlijke informatie rondom je zwangerschap en bevalling, zodat je zelf bewuste keuzes kunt maken. Voel je welkom!
www.ontspannenbijhester.nl

Hester Houweling

Vipassana kindermeditatiecursus

10 juli

1-dags cursus voor kinderen van 8 tot 12 jaar
Vipassana Stichting Nederland

Lotte de Monte

Seminar 7 Steps To Be One, 13D and More **24 juli 13.00 tot 16.30 uur.**

Multidimensionaal onderwijs op Hoger bewustzijnsniveau voor coaches, therapeuten, lichtwerkers en andere hoog sensitieve personen. Het resultaat kan zijn het ervaren van de Werkingen van ZIJN, het Alomvattende Weten, het Grotere Geheel: de Universele Leer van Eenheid.

www.eenheidsleer.nl

Elisabeth van Gelder. 10 juli