



**John Appeldoorn** 035-6934927

06-28339344

E-mail: j.appeldoorn@kpnmail.nl

Plaats:

**Yoga les jaar 2018**

Tijd: **14:30**

**De Zon Rondom**

Ringdijk 16

1188 WC Amstelveen

Elke les bestaat uit drie onderdelen:

1) Hatha Yoga - (Yoga asana)

2) Ontspanning in Savasana

3) Afsluiting: KL= met 11 Klankschalen of MA= Mantra zingen

Data onder voorbehoud. Zomervakantie stop wordt later bekend gemaakt.

5 januari	KL
19 januari	MA
2 februari	KL
16 februari	MA
2 maart	KL
16 maart	MA
30 maart	KL
13 april	MA
27 april	KL
11 mei	MA
25 mei	KL
8 juni	MA
22 juni	KL