Herstel en kom tot rust met Yin yoga

Woensdag 10 december 2025 van 19:30 tot 21:00 uur

Over 3 dagen

Zelfbewust.nu

Voorstraat 43, Velddriel

Terugkerende activiteit

Wekelijks op woensdag tot en met 22 april 2026

Yin yoga, een heerlijk ontspannen les.

(In de zomer buiten in de wei bij mooi weer)

Yin yoga is ontspannen, zitten of liggen in de rek, die langer duurt dan drie minuten. Het pijnvrij rekken kan soms een uitdaging zijn, Dat is zeker het streven. De uitkomst is ruimer in je lichaam komen. Soepeler, beweeglijker en vooral, zen.

Je neemt je eigen matje en deken mee en eventueel een kussen. 12 euro per les.

Voor iedereen die een stijf lichaam heeft, en langzaam soepeler wil worden.

Binnen is er plaats voor vier deelnemers. Op tijd aanmelden via de app.

Leeftijd

Volwassenen, Senioren

Waar

Velddriel

Waarover

Gezondheid, Recreatie / ontspanning

Wat

Workshop / cursus

Ga voor meer informatie naar
onsmaasdriel.nl/agenda

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43

Herstel en kom tot rust m... 10-12-2025 / 19:30 - 21:00 Voorstraat 43