

YOGA EVENTS Sommer 2024



I år har jeg valgt at afholde et par yoga events i sommerferien for at få mulighed for lidt stræk i sommerferie-pausen, samt at give mulighed for deltagelse til dem, der ikke ønsker at følge et fast hold.

- 1. Mandag 22 juli kl 17.00 til 18.30 blandet yoga flow kr 125,-**
- 2. Torsdag 1 august kl 8.30 til 10 - lidt blidere morgen yoga - stadig lidt af det hele kr 125,-**
- 3. Torsdag 1 august kl 16.30 til 18.30. 2 timer hvor vi kommer hele kroppen igennem både asthanga, flow og yin. Det er 2 timer, men der kommer en lille pause, forfriskning og en dejlig og laaaaanng afspænding - det lover jeg ;-) kr 195,-**

Medbring gerne tæppe og vand. (Medbring gerne underlag og yogablok hvis du har dit eget, ellers har jeg dette til udlån.)

Der vil som altid være et niveau, der kan tilpasses alle uanset alder, skavanker og dagsform.

Det er først til mølle, men vent med betaling før vi ved om holdene bliver til noget. Eventene kræver minimum 8 deltagere.

Tilmelding til mail: kontakt@ren-velvaere.dk og betaling til Ren velværes mobilepay 24351. Når først du har betalt er der bindende tilmelding, men er du forhindret i selv at komme, er du velkommen til at sælge/give pladsen til en anden.

I må meget gerne sende denne info til venner og naboer, hvis I kender nogle der er interesserede.

RIGTIG GOD SOMMER TIL JER ALLE 🌞☀️🌴

Jeg glæder mig til at se jer.

De varmeste hilsner

Maj-Britt,

mail: kontakt@ren-velvaere.dk - web: yoga.ren-velvaere.dk