

YOGA RELAX WEEKEND

Zaterdag 13 – maandag 15 JULI



Ontspanning en rust zijn de kernwoorden in dit yoga relax weekend. In de ochtend en namiddag een rustige yogales, heerlijke vegetarische maaltijden en veel vrije tijd.

ONTSPANNING EN RUST

Het Ohana Well Being Center, de locatie van dit weekend, is de perfecte plek om je heerlijk te laten verwennen. De kamers zijn licht en comfortabel, er wordt lekker gekookt en er is een grote tuin waar het goed toeven is.

De omgeving is groen en biedt mogelijkheden voor uitstapjes, met Zutphen, Bronkhorst en andere aantrekkelijke stadjes op fietsafstand.



Dit relax weekend wordt georganiseerd door Anna Aalten. Zij is een ervaren en bevlogen yogadocent. Haar lessen zijn gevarieerd en rustig. Zij laat zich inspireren door de verschillende yoga- en bewegingsstijlen die zij heeft beoefend. Anna gelooft in de kracht van yoga en richt haar lessen zo in dat iedereen mee kan doen.

Het aantal deelnemers aan het weekend is beperkt (max 9), zodat er ruimte is voor persoonlijke aandacht.

Info: www.bewegenmetaandacht.nl

Locatie: Ohana Well Being Center is prachtig gelegen aan de rand van Brummen (Gelderland). De yogazaal is goed geoutilleerd, met grote ramen die uitkijken op de tuin. Het speelse gebouw is licht en gastvrij, met vriendelijk ingerichte kamers. De meeste kamers zijn ruim genoeg om te delen, maar eenpersoonskamers zijn, zónder meerprijs, ook mogelijk.

Prijs: Als je je vóór 1 mei opgeeft betaal je 340 euro. Na 1 mei betaal je 370 euro. Deze prijzen zijn inclusief 2 overnachtingen (beddengoed en handdoek inbegrepen, eenpersoonskamer mogelijk), 5 vegetarische maaltijden, onbeperkt koffie, thee, en fruit tussendoor, 4 yogalessen en het gebruik van yogamatten, dekens, meditatiekussens en andere yoga-attributen. Aankomst op zaterdag 13 juli tussen 19-20 uur, vertrek maandag 15 juli tussen 15-16 uur.

Reserveren: Je plek is gereserveerd op het moment dat je hebt betaald. Als je vóór 1 mei annuleert, krijg je het hele bedrag terug, tot 1 juni 50 %, daarna niet meer.

Je kunt je aanmelden bij: annaqiyo@gmail.com

Bel voor meer informatie 036-5254047 of kijk op www.bewegenmetaandacht.nl