

YOGA

voor Tieners



Voor wie en wanneer

op maandag

4°+5°+6° leerjaar van 16.20-17.20 uur

1°+2°+3° middelbaar van 17.30-18.30 uur

5 reeksen - max. 10 tieners per reeks

start vanaf 4 deelnemers

Inschrijven kan per reeks!

reeks 1: 16/09 t.e.m. 21/10 (5x)= 60 euro

reeks 2: 04/11 t.e.m. 16/12 (6x)= 72 euro

reeks 3: 06/01 t.e.m. 24/02 (5x)=60 euro

reeks 4: 10/03 t.e.m. 31/03 (4x)= 48 euro

reeks 5: 28/04 t.e.m. 26/05 (5x)= 60 euro

(niet op 30/09, 11/11, 03/02, 10/02, 17/02)



Doel

Jouw tiener leert

- voeling krijgen met zijn/haar lichaam via de yogahoudingen
- technieken om te ontspannen
- dat ademhaling rust brengt in lichaam en geest
- de kracht van positieve gedachten kennen



Waar

Tulpenstraat 6 (Sint-Jozefsschool)
Roeselare



**MEER INFO EN
INSCHRIJVEN**

liesbet@koerma.be
www.koerma.be

0485/63.02.92

Liesbet Willaert, kinderyogadocent
en psychotherapeut