



Onderhoud / zorg voor je rug

CRITICAL ALIGNMENT

2-delige workshop ter kennismaking

Zondag 4 en 11 december

10.00 – 12.00 uur

*Kom in deze 2-delige workshop kennis maken met deze vorm van yoga.
Ontdek hoe een goede alignment je lichaam zonder spanning vrij laat bewegen.*

Zondag 4 december : bovenlichaam

Hoofd, nek, schouders, borstkas, bovenrug

Zondag 11 december : onderlichaam

Onderrug, bekken, benen en voeten

*Na het behalen van 4 levels lesgeven en 4 levels therapie in Critical Alignment Yoga onder begeleiding van
Gert van Leeuwen onderwijst Sari al 8jaar ook deze vorm van Yoga*

Prijs : € 25,00 per persoon / workshop

Maar breng je iemand mee, betaal je slechts € 40,00 voor jullie beide !

Inschrijven noodzakelijk – ook één workshop deelnemen kan.

