

Dag,

Dank voor je interesse voor **de workshop “Yoga voor de ogen” op zaterdag.**

Hier volgen enkele praktische tips :

1. De workshop vindt plaats in Studio Loevenhout – Pretoriadreef 49 – 3564 BX Utrecht.
2. De studio is gemakkelijk te bereiken zowel met de auto als met het openbaar vervoer.
Meer info vind je op : www.studioloevenhout.nl
3. De workshop begint stipt om 11 uur en eindigt om 17 uur. Voor afhandeling inschrijvingen graag aanwezig zijn om 10.45 uur.
4. Het inschrijvingsgeld bedraagt € 75 te betalen voor de aanvang van de workshop of via overschrijving op rek.nr. **BE42 3350 1115 5854** (BIC : BBRUBEBB)
van Marian Maleszka – 3500 Hasselt- België.
5. Tijdens de pauzes voorzien we koffie, thee, water en koekjes. Lunch breng je zelf mee of je kan gaan lunchen in het eetcafé.
6. Het is belangrijk om tijdens de workshop géén bril of contactlenzen te dragen.
7. Kledij = gemakkelijk – ’t is weekend ! (matje = niet nodig).
Opgelet : wél pantoffels meebrengen : huisreglement = géén schoenen in de yogazaal.
8. De tweede en derde herhaal-workshop bedraagt € 35, vanaf de vierde herhaal-workshop kan je de lessen gratis meevolgen.
Vergeet je studiekaart niet !

Na deze workshop ben je in staat om gemakkelijk o.a. :

- diep te ontspannen
- Hatha-yoga oogoefeningen te doen
- te visualiseren en te affirmeren
- je waarnemingen te verbeteren.

“Er bestaat niets, dat je niet kunt doen.

Alleen dingen die je nog niet geleerd hebt.”

Vriendelijke groeten en knipoog,

Marian

Graag vooraf inschrijven via email : info@oogyoga.be

mobiel : +32 476 496 980

www.oogyoga.be