

Activiteit	Datum	Plaats
Yoga nidrā	4 woensdagavonden vanaf 6/2/2019	Herentals - Turnzaal
Bandha's	Zaterdagvoormiddag 23/2	Herentals - Turnzaal
Van ademen tot Prāṇāyāma	Zaterdagvoormiddag 23/03	Herentals - Turnzaal
Mantra's – Japa en reciteren	Zaterdagvoormiddag 13/04	Herentals - Turnzaal
Meditatieve technieken	Zaterdagvoormiddag 11/05	Herentals - Turnzaal
Chakra's – lokaliseren, zuiveren en harmoniseren	Zaterdagvoormiddag 22/06	Herentals – Turnzaal
Een week herbronnen in Stilte en Meditatie	Van donderdag 8/8 t/m maandag 12/8/2019	Kortenberg – De Oude Abdij

Alle activiteiten zijn gedocumenteerd op de webstek www.sevayoga.be vanaf de agenda.

Activiteit	Datum	Plaats
Yoga nidrā	4 woensdagavonden vanaf 6/2/2019	Herentals - Turnzaal
Bandha's	Zaterdagvoormiddag 23/2	Herentals - Turnzaal
Van ademen tot Prāṇāyāma	Zaterdagvoormiddag 23/03	Herentals - Turnzaal
Mantra's – Japa en reciteren	Zaterdagvoormiddag 13/04	Herentals - Turnzaal
Meditatieve technieken	Zaterdagvoormiddag 11/05	Herentals - Turnzaal
Chakra's – lokaliseren, zuiveren en harmoniseren	Zaterdagvoormiddag 22/06	Herentals – Turnzaal
Een week herbronnen in Stilte en Meditatie	Van donderdag 8/8 t/m maandag 12/8/2019	Kortenberg – De Oude Abdij

Alle activiteiten zijn gedocumenteerd op de webstek www.sevayoga.be vanaf de agenda.