

Internationale YOGA dag! 21 juni 2015

**Uitnodiging leerlingen van
Seva Yoga Kempen
evenement in Sporthal Axion
GRATIS en voor heel de familie!**

Programma*	Aanvang 14u, einde 17u
Leerlingen	Verwelcoming – toelichting Internationale Yogadag en tradities van waaruit Seva Yoga Kempen les geeft – praktische toepassingen van yoga uit de traditie van de Himâlaya's – 2-minuutmeditaties – nâd'shodhanam – meditatief wandelen – âtma tattva avalokanam – relaxatie – meditatie – kîrtana – reciteren,...
Partners	Losmaken van overbodige spanningen in het lichaam a.d.h.v. de reeks van de losmakende oefeningen – aanleren van de volledige ontspanning – aanleren buikademhaling.
Kinderen	Programma afhankelijk van de leeftijdscategorie van de deelnemende kinderen: mandalatekenen – kinderyoga – tieneryoga – ...
Vanaf 16u15	Komen de groepen allemaal samen in de cafetaria voor een gezellig samenzijn – kennismaking met de leraars van Seva Yoga Kempen – vraag en antwoord – voorziene einde 17u

Adres Stedelijke Sporthal Axion: Zwaarvoedersspoor 1, 2440 Geel

* Inschrijven: bij uw desbetreffende lesgever vóór 14 juni. Bij inschrijving geeft u door of u met partner en/of kinderen deelneemt incl. de leeftijd van de kinderen. Mee te brengen: draag makkelijke kledij, yogamatje of dekentje indien voorradig.



www.sevayoga.be
www.facebook.com/pages/Yoga-Lessen-met-Erkende-Leraars-Seva-Yoga-Kempen/1594959720789134
V.U.: Seva Yoga Kempen, Bolwerkstraat 8, 2200 Herentals

