

Wil jij (blijven) genieten van jouw yogamoment met beweging en ontspanning? Yoga met Simone gaat dit winterseizoen door in een sfeervolle indoorlocatie in het centrum van Lemmer.

## De voordelen van Winter Yoga



- Verbeter je mobiliteit en balans
- Oefeningen afgestemd op jou
- Wordt mentaal én fysiek sterker
- Voel je uitgerust en ontspannen

Wie de lessen van Simone kent, weet het: We bewegen in een rustig tempo met aandacht voor onszelf en het hier en nu. Genieten staat altijd centraal.

## Locatie & Data

In de prachtige kerkzaal van het **Papageno Huis Fryslan** vinden de yogalessen plaats op **woensdagavond van 19.30 tot 20.30 uur** (o.v.b. voldoende inschrijvingen).

**Data:** 8, 15, 22 en 29 oktober - 5, 12, 19 en 26 november - 3 en 10 december, 17 december (inhaalmoment)

**1 oktober**  
**19.30 uur gratis\***  
**proefles**

## Deelname & Tarieven

Kom en ervaar winteryoga tijdens een proefles (direct inschrijven kan **HIER**):

- Gratis bij inschrijving 10-lessenreeks (€165), anders €18
- Inschrijving én betaling van de 10 lessenreeks kan direct na de proefles
- **Early bird** inschrijvingen t/m 30 september betalen maar 150€
- Deelname aan losse lessen voor €18 o.v.b. beschikbaarheid;

Alle prijzen inclusief btw.

Aanmelden of vragen? App of mail

