

Tijd om vooruit te kijken, met nieuwe ideeën en frisse energie ✨
Geniet van de winter, het vertragen en de fijne momenten die dit
seizoen brengt ❄️🌿 Lees hieronder mijn nieuws!



Happy New Year!

Ik hoop dat je hebt genoten van de feestdagen: van tijd met familie en dierbaren, én van momenten van rust om terug te kijken op de reis die je hebt gemaakt. Om te waarderen wat er was, en vooruit te dromen over wat 2026 mag brengen.

Zelf heb ik enorm genoten van een vakantie in het prachtige Cornwall – een fijne start van het nieuwe jaar.

Good Vibes Monday

Een moment van rust en positieve vibes op de meest 'blauwe' dag van het jaar. Perfect om de week mindful te starten en kennis te maken met wat yoga je kan bieden.

Doe mee op maandag **19 januari** 2026 met de yogales en klankschalensessie. Begin om 19 uur. Aanmelden kan [**HIER**](#).



Winter Yoga

Na de succesvolle eerste reeks begint op **4 februari** 2026 editie 2: Wederom in de prachtige voormalige kerkzaal van het Papagenohuis in hartje Lemmer gaan wij iedere woensdagavond om 19.30 uur genieten van beweging en ontspanning. Een **Yin Yoga fusion** met uitstapjes naar mobiliteit, kracht en balans.

Meer info vindt je [**HIER**](#). Aanmelden kan door mij te mailen of te appen.

