

Een wissel van seizoen - Tijdens een grote 'Hausputz' vorige week, met de eerste regen en wind buiten, voelde ik het ineens: we zeggen langzaam gedag tegen de zomer en verwelkomen de herfst. En eigenlijk voelt dat helemaal goed – met een dampende pan soep op de haard in het vooruitzicht.

Dankbaar terugkijken



Met een warm en dankbaar gevoel kijk ik alvast terug op het strandseizoen. We gaan ongetwijfeld nog een paar mooie, gouden momenten pakken in deze nazomer en herfst. **Hier** is de plek waar deze dan te vinden zijn.

De Sunset-Yin van afgelopen week voelde in ieder geval buitengewoon en fantastisch. En misschien nog wel mooier: dit seizoen mocht ik zoveel nieuwe lieve mensen ontmoeten. Mensen die bij mij voor het eerst op de mat stonden, maar ook mensen die vorig jaar al kwamen – of zelfs al vanaf het begin van de Strandyoga. Dat jullie terugkomen, raakt me. Het maakt me trots op wat hier is ontstaan.

En dan... het bos in

Deze maand start, na de zomerpauze, weer de bosyoga. Een fijne manier om buiten te blijven bewegen, ontspannen en genieten. Met een invulling die past bij het weer, de omgeving én bij jullie. Jij kan **hier** alle informatie en data vinden, maar laat mij vooral weten wat JIJ fijn vindt.

Want iedereen heeft zijn eigen verhaal, zijn eigen lichaam en zijn eigen doelen. Dat ik daar onderdeel van mag zijn, voelt bijzonder. Ik ben er trots op en vooral ontzettend dankbaar voor.

Ik hoop jullie terug te zien. Bij nog een mooi momentje Strandyoga, in het bos... of misschien volgend jaar alweer, tijdens het seizoen 2027. Dat klinkt gelukkig nog heel ver weg. Er is nog zoveel moois te beleven. Geniet ervan.

