

TienerYoga

(voor tieners van ± 12 tot 15 jaar)

NIEUW in Kruibeke ! **in november**

4 woensdagen : 7, 14, 21, 28/11/2018 van 14u tot 15u

Kan uw tiener in de aanloop naar de examens baat hebben bij :

- ✓ Een rustige ademhaling
- ✓ Loslaten van spanningen (mentaal en fysiek)
- ✓ Een betere houding in zitten en staan
- ✓ Inzicht in het menselijk lichaam
- ✓ Plezier in de eigen beweging
- ✓ Zich letterlijk en figuurlijk goed in zijn/haar vel voelen

Dan is deze yogareeks écht iets voor hem/haar !

Yogadocente en bewegingspedagoge Christel Cleys ging al eerder aan de slag met tieners en heeft haar unieke aanpak : grotemensenYoga op een coole manier gegeven, in een kleine groep (maximum 7 personen) om met plezier te kunnen leren. Deelname : 40 euro voor 4 lessen.

Info en inschrijven via www.degoedinjevelschool.be
of 0476/24 08 06 (tel.nr. Christel tijdens kantooruren)