

Inschrijfformulier

NAAM:

TEL:

EMAILADRES:

Vrijdagavond 29 juni van 20.00 – 22.00 uur

ZOMERSE SACRALE DANSAVOND o.l.v. Lucia en Wil

Zondag 1 juli van 9.30 – 11.30 uur

Workshop: TAI CHI CHUAN o.l.v. gastdocent Joop Hart

Dinsdagavond 3 juli van 19.30 -21.30 uur

YOGA VOOR DE RUG o.l.v. Lucia

Woensdagavond 4 juli van 19.30 - tot 21.30 uur

BALANCEREN IN EVENWICHT o.l.v. Fred

Vrijdagavond 6 juli van 20.00 - 22.00 uur

KIRTANS – ZINGEN o.l.v. gastdocent Anand Nigam Overington + muzikanten

Zondag 8 juli van 9.30 - 11.30 uur

KUM NEY-TIBETAANSE YOGA o.l.v. gastdocent Erik Klinge

Dinsdagavond 10 juli van 19.30 – 21.30 uur

ZOMER & YIN YOGA o.l.v. Martine de Bruijn

Woensdagavond 11 juli van 19.30 – 21.30 uur

YOGA voor de NEK, SCHOUDERS/RUG o.l.v. Lucia

Vrijdagavond 13 juli van 20.00 – 22.00 uur

HEMELSE KLANKEN – DIEPE ONTSPANNING o.l.v. gastdocent Kees van Eijk, Lucia en Fred

Zondagochtend 15 juli van 9.30 uur tot 11.30 uur

MUZIKALE REIS DOOR DE CHAKRA'S o.l.v. Lucia en gastdocente Birgit Karreman

Dinsdagavond 17 juli van 19.30 – 21.30 uur

UNIVERSELE YOGA LES o.l.v. Lucia

Woensdagavond 19 juli van 19.30 tot 21.30 uur

ZOMER & YIN YOGA o.l.v. Martine de Bruijn

Zondagochtend 22 juli van 9.30 – 11.30 uur

Workshop: CHI NENG QIGONG o.l.v. gastdocenten Ger en Jose Oosterveen

Dinsdagavond 24 juli van 19.30 -21.30 uur

YOGA voor de NEK, SCHOUDERS en RUG o.l.v. Lucia

Woensdagavond 25 juli van 19.30 – 21.30 uur

YOGA – VERLENG JE RUG o.l.v. Fred

Zondagochtend 29 juli van 9.30 – 11.30 uur

YOGA – ZOEK de ZON op o.l.v. Fred

Dinsdagavond 31 juli van 19.30 – 21.30 uur **BALANCEREN IN EVENWICHT** o.l.v. Fred

Betaling

De kosten voor de yogalessen bedragen 10,- per losse les. Als je je voor 5 yoga lessen opgeeft bij Lucia, Fred of Martin ontvang je 10,- korting.

De korting geldt **niet** voor de activiteiten, lessen of workshops waarin we gastdocenten uitnodigen.

Bij activiteiten waarvoor we een gastdocent uitnodigen bedragen de kosten:

- * Kirtans zingen: 15,-
- * Muzikale reis door de chakra's: 15,-.
- * Hemelse klanken, diept ontspanning: 15,-
- * Tibetaanse Yoga en meditatie: 15,-.
- * Tai Chi Chuan workshop: 15,-
- * Chi Neng Qigong workshop: 15,-

Je kunt je voor bijeenkomsten opgeven door het bijgevoegde inschrijfformulier in te vullen.

Je mag het bedrag vooraf overmaken op girorekeningnummer:

NL29 INGB 0004 3205 57, t.n.v. L.M. de Jong, graag o.v.v. je naam, datum van de workshop, activiteit of (en)/les(sen). Of je mag het bedrag vooraf contant betalen, bij voorkeur in een enveloppe met je naam en datum erop.

Annulering minimaal 48 uur van tevoren. Je hebt dan recht op restitutie. Een les mag in overleg worden ingehaald op een ander tijdstip.

Adres: Yogastudio Westland, Hyacinthstraat 24 a, Heenweg, 's-Gravenzande.
Docenten: Lucia de Jong, tel. 06-26 852848, email yogawestland@gmail.com
Fred Tazelaar, tel. 06-29416275, email fred@tazelaar.nl
Website: www.yogawestland.com