



Yoga Verwen Weekenden op de Veluwe 2020

We zijn altijd maar druk, druk, druk. Moeten van alles en komen bijna niet meer aan ons zelf toe.

En hoe fijn is het dan om een weekend, met (Yin) Yoga, meditatie, klank en massage aan jezelf cadeau te geven.

Een weekend helemaal voor Je-zelf waarin je niets moet maar alles mag.

Waarin de Yoga centraal staat, binnen of in de natuurtuin onder de dennenbomen of in de stuifduinen, heerlijk wandelen in de prachtige omgeving, Yoga Nidra (yogaslaap), Meditaties & Klank.

En natuurlijk is er lekker vegetarische eten, samenzijn of op jezelf een beetje voor je uit staren of een boek lezen. Hoe fijn is dat.

Echt tijd voor jezelf, nieuwe inzichten en jezelf (her) ontmoeten.

Een mooi programma is in de maak. Ik heb er al weer ontzettend veel zin in.

Wanneer: vrijdag vanaf 17.00 t/m zondag 15.00

Datum: **27 t/m 29 maart, 3 t/m 5 juli & 30 oktober t/m 1 november**

Kosten:

€ 300,00 incl. overnachtingen, maaltijden, koffie & thee, Yoga en andere activiteiten.

Kom je meedoen?

Of wil je meer info, bel of app 06-80110162

Max 12 personen.

De Locatie:

Het Haerderhuys bevind zich op de Veluwe in Doornspijk. In een prachtige omgeving in de bossen.

De kamers zijn eenvoudig ingericht en hebben een wastafel op de kamer.

Douche en toilet bevinden zich op de gang. (6 x 1 p.k en 2x 2 p.k)

Ik heb er super veel zin in en ont-moet je graag.

Lieve Groet, Karin

*Kaya Yoga, Drumcirkel, Klank, Massage & Meditatie
06-80110162*