

Atelier voor Muziek – JheMela vzw

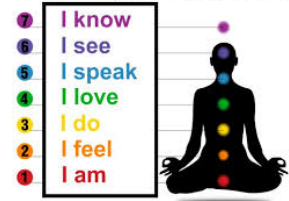
Door verstraetelei 52 ( GIB )

2930 Brasschaat

[jmajhemela@skynet.be](mailto:jmajhemela@skynet.be)

[jmajhemela.eu](http://jmajhemela.eu)

Your body's 7 CHAKRAS



# CHAKRA AFDELING

Er kan een nieuwe groep opstarten,  
telkens op DINSDAGAVOND, 1 keer per maand  
van 19.00u. tot 20.30u.

**Wat zijn chakra's ? Hoe wordt er gewerkt ? Wat  
mogen we verwachten ?**

**In relatie met onszelf en met ons leven zoeken we een  
goede verstandhouding met onszelf en onze omgeving.**

**MET :     Ademhalingsoefeningen : “wie goed ademt  
              schijnt beter te slapen ”**

**Meditaties : om meer evenwicht en balans te  
              krijgen**

**Gebruik van klanken en kleuren in creatief  
              palet**

**GRATIS VERKENNEN:**

**DINSDAG 14 oktober van 19u. tot 20u.**

**Even aanmelden aub op : [jmajhemela@skynet.be](mailto:jmajhemela@skynet.be)**