



Praktisch

Wie

Yoga Halasana Eeklo is een vereniging voor mensen die actief yoga willen beoefenen.
Jong of oud, bij ons is iedereen welkom.

Wat

Wij bieden wekelijkse yogasessies aan op dinsdag- en donderdagavond.

In de sessies wordt via lichaamsoefeningen en ademhaling een geheel van technieken aangeleerd met als doel in evenwicht en harmonie te leven met onszelf en onze omgeving.

Waar

Koninklijk Atheneum
GO! atheneum & leefschool De Tandem
Eikelstraat 41 te 9900 Eeklo



Wanneer

Beginners

Begin januari en begin september start een nieuwe reeks voor beginners.
Deze reeks bevat 15 sessies telkens op dinsdagavond van 20.00 uur tot 21.15 uur.
Je kan steeds gratis een kennismakingssessie bijwonen. Iedereen is van harte welkom.

Na deze reeks kan je aansluiten bij de geoefenden.

Geoefenden

De yogasessies voor geoefenden gaan door op dinsdagavond van 18.30 uur tot 19.45 uur en donderdagavond van 18.30 uur tot 19.45 uur en van 20.00 uur tot 21.15 uur

Je bent niet aan een groep gebonden. Je kan de ene week op dinsdagavond en de andere week op donderdagavond de sessies volgen.

Meer info

De lessen beginnen stipt en duren 1u15.

Wij bevelen aan om 2 tot 3 uur voor een sessie niet te eten. Een volle maag kan hinderen bij het oefenen, of krampen veroorzaken.

De lessen worden uitgevoerd in stilte.

Lidgeld

Je kan steeds gratis een kennismakingsles bijwonen. Je betaalt het lidgeld bij voorkeur voor een volledig jaar. Voor de reeks voor beginners wordt het lidgeld betaald voor de volledige reeks van 15 lessen.

Praktische info voor beginners

Er liggen dikke, isolerende maten op de vloer. Een persoonlijk matje of dekentje is aangeraden. Ook raden wij aan om losse sportkledij te dragen.

Visie

Activiteiten



Beginnerscursus Januari 2017

[lees meer](#)



Vakantieregeling zomer 2016

[lees meer](#)



Beginnerscursus September 2016

[lees meer](#)



Beginnerscursus Januari 2016

[lees meer](#)

Archief

Contact



boelare 23 bus 10
9900 eeklo

050 35 52 79

yogahalasanaeeklo@gmail.com

