



## Yoga Festival

Zo 16 oktober 2011

### Wat kun je verwachten?

Ervaar wat yoga met je kan doen op het yogafestival! Yoga is erop gericht om lichaam, geest en ziel te verenigen. Door yoga kun je lichaam en geest in balans brengen. Het helpt je te ontspannen, stress te verminderen en maakt tegelijkertijd je lichaam flexibeler en fitter.

**€45,-**  
inclusief  
koffie, thee  
en lunch

Tijdens het yogafestival kun je ervaren welke verschillende vormen van yoga er zijn en wat bij je past. Professionele docenten verzorgen workshops van diverse vormen van yoga. Ook is er aandacht voor activiteiten die passen bij de yoga lifestyle, zoals meditatie, mantrazingen, de bewegingsleer Chi Neng Qigong en Advaita. Het is een bron van inspiratie voor zowel ervaren als beginnende beoefenaren van Yoga!

Het festival herbergt vele aspecten van beweging, lichaamshouding, ademhaling, concentratie, meditatie, muziek en bewustzijn. Dit bied je de unieke gelegenheid om je onder te dompelen in een ontspannen yogasfeer en de verschillende aspecten ervan te oefenen en te ervaren.

### Dagindeling

De deelnemers volgen gedurende de dag 3 workshops van 1,5 uur. De inschrijving begint om 9:30 en de eerste workshops beginnen rond 10:00, daarna is er een heerlijke lunch en 's middags volgen er nog 2 workshops. Na de workshops is er een mooie gezamenlijke afsluiting met mantrazingen. Het festival is rond 18:00 afgelopen.

**Aanbieding!** Schrijf je vóór 17 september 2011 in en betaal maar €37,50 in plaats van €45,00!\*

Vermeld bij aanmelding en betaling de code VBKB0611

\* Korting is niet geldig in combinatie met andere acties

info@yoga-festival.nl

djoj  
Events