

Versterk jezelf in een Hatha Yogales en ontvang daarbij professionele begeleiding



Centrum de nieuwe Poort Wijchen



Donderdag 11 december 2025 van 19:15 tot 20:30 uur

Over 13 dagen



't Mozaïek

Campuslaan, Wijchen, Nederland



Terugkerende activiteit

Wekelijks op donderdag tot en met 11 december 2025

Leer je graag je aandacht naar binnen te richten én versterk je jezelf graag fysiek en geestelijk tijdens de beoefening van een Hatha Yogales...? Weet dan dat dat kan bij 'Centrum de nieuwe Poort Wijchen'.

Misschien beoefen je nog geen Yoga en wil je graag een keer laagdrempelig een les proberen. Dat kan...! Weet dat je niet lenig hoeft te zijn voor het volgen van een Yogales. Meer souplesse ontstaat gedurende jouw beoefening waarbij je zeer goed begeleid wordt door de docente.

Op donderdagavonden van 19.15 tot 20.30 uur geeft Anastasia Anufrieva prachtig bezielde Hatha Yogalessen.

Anastasia heeft veel ervaring met lesgeven en is de mogelijkheid om bij elk niveau aan te sluiten en te adviseren. Ook wanneer jouw lichaam mogelijk beperkingen heeft qua beweeglijkheid.

Voor meer informatie over Anastasia en haar lessen; neem eens een kijkje op www.zijn-in-je-element.nl.

We ontmoeten je graag om samen verder te kunnen reizen om jouw lichaam en geest te versterken tijdens mooie Hatha Yogalessen in de sfeervolle yogaruimte van 'Centrum de nieuwe Poort Wijchen'. De fijne ruimte vind je op de tweede etage in cultureel centrum 't Mozaïek.

Warme groeten van Bärbel en Anastasia.

Leeftijd

18 - 50, 50 +

Dorp

Alverna, Balgoij, Batenburg, Bergharen, Hernen, Leur, Niftrik, Wijchen

Thema

Recreatie en ontspanning, Sport en beweging, Zorg en gezondheid

Wijk/dorp

Achterlo, Alverna, Balgoy, Batenburg, Bergharen, Hernen, Kerkeveld, Huurlingsedam, Leur, Niftrik, Wijchen, Wijchen Centrum, Wijchen Noord, Wijchen Oost, Wijchen West, Wijchen Zuid, Woezik

Ga voor meer informatie naar
wijwijchen.nl/agenda

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek

Versterk jezelf in een Ha...
1-12-2025 / 19.15 - 20.30
t Mozaïek