



www.deyogajuf.nl
deyogajuf@quicknet.nl

Yoga & Reiki

voor kinderen en volwassenen



Workshops & Trainingen



Yoga en Reiki bij De Yogajuf

De lessen worden in kleine groepen (max. 8 personen) gegeven zodat er altijd voldoende persoonlijke aandacht is.

Redenen om yoga te gaan volgen zijn o.a.:

- Helemaal jezelf kunnen zijn tijdens de les
- Een druk hoofd
- Flexibeler worden
- Last van nek, schouders en (boven)rug
- Veel piekeren
- Hoofdpijn / migraine
- Hyperventileren
- Slecht slapen

Meer informatie over de diverse mogelijkheden van **Yogalessen** (o.a. peuter-, kinder-, tiener en volwassenen) en **Reikibehandelingen** kunt u vinden op de website: www.deyogajuf.nl



GRATIS PROEFLES*

Wil je vrijblijvend kennismaken
met de Yogajuf?

Meld je dan aan voor een gratis proefles
via de website of bel 06 - 23 96 52 20.

* maximaal 1 bon per persoon