



YOGA

WESTERLO

Wil ook jij een betere nachtrust, soepeler lichaam, rustige geest, meer levenskracht & energie, bewuster leven, betere gezondheid of je gewoon beter voele in je vel?

Dan is **NU** het moment aangebroken dat ook jij, zoals ontelbaren dit reeds hebben voorgedaan, start om die wondere wereld van Yoga te leren kennen en ervaren ... want er is één zekerheid ...

“Wie regelmatig (goede) YOGA beoefent, aangepast aan zijn mogelijkheden, verbetert de kwaliteit van zijn leven op ALLE vlakken”

Tijdstip + Locatie:

Vanaf 2 september elke maandagavond

Beginners: 18u30 - 20u00

Niet beginners: 20u15 - 21u45

Polyvalente zaal De Beeltjens

Kasteelpark 6 (zwembad)

Je eerste les is gratis.

Losse kledij, breng mat en deken mee.

Graag een mailtje naar rudi.lepoutre@telenet.be of gsm: 0494/56.07.43

Lessen worden gegeven in de oefenstijl van VINIYOGA die yoga ten dienste stelt van de beoefenaar.



Yogaleraar: Rudi Lepoutre

Leraar Seva Yoga Kempen

5 jaar studie > 700 lessen

3 jaar bijscholing

Opgeleid reciteren vedische teksten.

Jouw waarborg voor kwaliteitsyoga !

Er zijn ook lessen van Seva Yoga Kempen te:

Geel, Geel-Larum, Herentals, Kasterlee, Meerhout, Olen, Mol, Retie en Tessenderlo. Meer info: www.sevayoga.be

