



# YOGA

# WESTERLO

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

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 3 september elke maandagavond**

Beginners: 18.30u - 20.00u

Niet beginners: 20.15u - 21.45 u

Polyvalente zaal De Beeltjens

Kasteelpark 6 (zwembad)

**Je eerste les is gratis.**

Losse kledij, breng mat en dekentje mee.

Graag een mailtje naar [rudi.lepoutre@telenet.be](mailto: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 en Retie. Meer info: [www.sevayoga.be](http://www.sevayoga.be)

