

Nieuwsbrief Februari 2022

Bericht dd 09-02-2022

Beste leden,

Ontkomen doet niemand er aan.
Ook ik moet deze week Corona verslaan.
Gelukkig zijn de klachten mild
Maar de gevolgen groot en ongewild.

Hieronder, op een rijtje, het rooster van deze week.
Plan je zelf om / in voor de online lessen of geef je zelf een 'break'.

Alle lessen die door Ceres gegeven worden, worden ONLINE voortgezet, uitgezonderd: de lessen Flow in 2 Balance, Aerial Yoga – en Ontspannen Zwanger les.

- 🌻 Donderdagochtend is er Restorative Stretching om 09.15. ONLINE
- 🌻 Donderdagochtend vervalt de Flow in 2 Balance van 09.30 uur
- 🌻 Vrijdagochtend is er wel Flow Yoga om 08.45 uur. ONLINE
- 🌻 Vrijdagochtend is er geen Aerial Yin Yoga om 10.00 uur
- 🌻 Zaterdagochtend is er wel Flow Yoga om 09.00 uur. ONLINE
- 🌻 Zaterdagochtend is er geen Aerial Yoga om 10.00 uur
- 🌻 Zaterdag vervalt tevens de Ontspannen Zwanger en Bevallen les
- 🌻 Zondag wordt de Flow in 2 Balance vervangen door Yin Yang Yoga. Inloggen kan via de website. ONLINE
- 🌻 Maandagavond is er wel Yin Yoga om 18.30 ONLINE
- 🌻 Maandagavond is er wel Flow Yoga ONLINE

Maar laten we onderstaande lessen niet vergeten.
Mooi om deze eens te ervaren en je door een andere yogi welkom te laten heten.

- 🌻 Vanaf 9 februari geeft Jeanette weer les op woensdagavond
 - Aerial Yin Yoga om 20.00 uur
 - Yin Yoga & Meditatie om 18.45 uur in de vroege avondstond
- 🌻 Vanaf 14 februari, de dag waarop we de liefde vieren
 - Pilates om 10.00 uurEen mooie les met aandacht voor de 'Core', wie kunnen we hiermee plezieren?

Namasté,
Yoga Studio C



Ceres van Sutphen

