

# YOGA



Rust  
Kracht  
Vitaliteit  
Souplesse

De les  
Begint in stilte  
Aandacht voor ademhaling  
Actieve lichaamshoudingen  
Korte meditatie eindigend in rust

[www.simplyoga.nl](http://www.simplyoga.nl)

**Nu tijd en aandacht voor jezelf**

# SIMPLYOGA

voor mannen en vrouwen

## Lestijden

maandag	18.30 – 20.00	Kerkstraat 441
dinsdag	20.30 – 22.00	Visseringstraat 51
woensdag	19.30 – 21.00	Ruyschstraat 38

## Tarieven

4 lessen	€ 42	4 weken geldig
	€ 38	stadspas/student
10 lessen	€ 100	12 weken geldig
	€ 90	stadspas/student
losse les	€ 12,50	

Op vertoon van deze kaart  
tweede les **gratis** binnen een week

## Informatie

06 48 93 96 37 / [info@simplyoga.nl](mailto:info@simplyoga.nl)

Ingrid van Gestel is gediplomeerd docent van de Yoga Academie  
Nederland en is lid van de Vereniging van Yoga Leerkrachten Nederland

