

Yogaworkshop - 24 oktober 2020

Tot rust komen en jezelf weer opladen terwijl je in San Carlos sportlessen mogelijk maakt voor kinderen en jongeren. Dat klinkt als een gouden combinatie. En dat is het ook!

Stedenband Groningen-San Carlos organiseert, in samenwerking met Yoga-docente Marije Friese ('Friestijl'), twee workshops Kundalini-yoga op zaterdag 24 oktober 2020. Deze vorm van yoga kenmerkt zich door beweging, waarmee je energie opwekt in je lijf en tegelijk kunt ontspannen.

De lessen zijn geschikt voor iedereen. Dus twijfel niet en schrijf je in!

Elke workshop duurt 1 uur. Per workshop kunnen er maximaal 12 mensen meedoen. Vol = vol.

Praktische informatie

Wanneer: zaterdag 24 oktober 2020

Hoe laat: workshop 1 van 14.00-15.00 uur
workshop 2 van 15.30-16.30 uur

Prijs: €15 per persoon, per workshop

Locatie: Gymzaal van het Poortershoes, Oosterweg 13, Groningen.

Let ook even op de mooie Nicaraguaans/Groningse muurschildering op het plein :-).

Meedoen?

Stuur een mail naar sancarlos@groningen.nl.

Geef aan of je alleen komt of met meerdere personen en welk uur je voorkeur heeft.

Met jouw deelname maak je in San Carlos zwemlessen en buitenschoolse sportactiviteiten, zoals voetbal en volleybal, voor kinderen en jongeren mogelijk!



Meer weten over de Stedenband?
www.groningensancarlos.nl

Meer weten over Marije en Friestijl?
www.friestijl.nl