

Do-InMind

EEN UNIEKE COMBINATIE VAN DO-IN YOGA MET MINDFULNESS

Wil jij op een natuurlijke & effectieve
manier STRESS, EMOTIES, teveel
DENKEN of OVERGEVOELIGHEID beter
gaan leren beheersen?

Bij Do-InMind leer je hoe je op
verschillende manieren sneller opmerkt
wat er "onbewust"
in je hoofd en lichaam omgaat.
Je bewustzijn wordt groter en je
ervaart meer innerlijke rust.

Inschrijven: via de website of
via doinmind@gmail.com

Do-InMind =
Toepassen van kennis d.m.v. bewegingen
voor harmonie in lichaam en geest.

ALLE
LEEFTIJDEN

KOSTEN
€ 15

WAAR
YinYang Balance,
Van Alphenstraat 2
2274 NA Voorburg
5 min lopen van station NOI

WANNEER
vrijdag 9 april
vrijdag 15 april
vrijdag 22 april
12.30 uur - 14.00 uur

zaterdag 9 april
zaterdag 23 april
10.30 uur - 12.00 uur

WEBSITE
doinmind@webnode.nl

TRAINSTERS
Chantal ,
Mindfulness
&
Yvonne,
Do-In Yoga.