



OPENDEUR & INFODAG

ZONDAG **26** SEPTEMBER
2021

MAAK KENNIS MET ONZE YOGASTUDIO,
DE LESSEN EN DE DOCENTE !

Iedereen van harte welkom na inschrijving



Dit jaar is yogadocente en actrice
MARGOT HALLEMANS bij ons te gast.



Neem **GRATIS** deel aan één van onze **YOGASsessies** : zie **PROGRAMMA** → → → → →

Doorlopend **VOETREFLEXOLOGIE**

YOGASTUDIO BALANS
Oude Aarschotsebaan 84 A
2221 Booischot (Heist-op-den-Berg)

www.balans-terrein86.be
heidi@balans-terrein86.be



[YogastudioBalans.booisshot](https://www.facebook.com/YogastudioBalans.booisshot)

kom kennismaken met

YOGASTUDIO BALANS

Kom samen met ons verbinden en genieten van *good vibes*

OPENDEUR- & INFODAG

Dit jaar hebben we yogadocente en actrice **Margot Hallemans** te gast. Margot komt haar nieuwe boek "Bevrijd" bij ons voorstellen tijdens een **signersessie en boekverkoop**. Er is een boekenstandje aanwezig waar je één of meerdere boeken kan aankopen en kan laten signeren.



Daarnaast geeft Margot om 10.30u ook een zachte Hatha **yogales** van 45 min met aansluitend de **workshop "Zelfliefde"** van een half uurtje. Deze yogales/workshop kost 15€ en duurt 1u15min. Bij mooi weer gaat deze les buiten door op de yoga gazon.

ZONDAG
26 SEPTEMBER
2021

PROGRAMMA

- 10.30 uur Yogales/workshop "Zelfliefde" met Margot Hallemans (€15)
- 12-14 uur Signersessie en boekverkoop "Bevrijd" Margot Hallemans
- 13.00 uur Zachte Yin/yang yoga met Heidi **GRATIS**
- 14.30 uur Vinyasa yoga met Heidi **GRATIS**
- 16.00 uur Zachte Yin/yang yoga met Heidi **GRATIS**

GRATIS deelname na inschrijving via heidi@balans-terrein86.be

De Yin/yang en Vinyasa yogalessen duren 45min en gaan binnen in onze studio door. Draag gemakkelijke kledij, breng je eigen yogamatje mee en zorg dat je een kwartiertje op voorhand aanwezig bent.

De plaatsjes zijn beperkt en de lessen gratis, dus wees er snel bij!



Meer info over de soort yogalessen en meer uitleg over wat de workshop "Zelfliefde" precies inhoudt vind je op onze website:
www.balans-terrein86.be/opendeurdag

COVID-19

De coronamaatregelen zullen nog steeds gelden. Voor meer info hierover ga naar:
www.balans-terrein86.be/praktische-yoga