Versterk je lichaam en balans met yoga voor senioren

PS-YOGA

Donderdag 15 januari 2026 van 09:30 tot 10:45 uur

Over 6 weken

Brassband Kunst naar Kracht

Pieter Grootstraat 17, De Goorn

Terugkerende activiteit

Wekelijks op donderdag tot en met 14 mei 2026

Seniorenyoga

Balans, kracht en ontspanning in een rustige hatha yogales, aangepast aan jouw kunnen. Kleine groep zodat er voldoende aandacht besteedt kan worden aan de uitvoering.

Losse les € 14,50 en bij afname lesblok en betaling vooraf € 12,00 per les.

Voor meer info:

Precilia Schuurink

Ps-yoga@hotmail.com

Dorp

Avenhorn, Berkhout, Bobeldijk, De Goorn, Grosthuizen, Hensbroek, Obdam, Oudendijk, Rustenburg, Scharwoude, Spierdijk, Ursem, Wogmeer, Zuidermeer

Voor wie

Volwassenen, Senioren

Waarover

Gezondheid, Sport en bewegen

Wat

Workshop / cursus

Ga voor meer informatie naar
koggenbuurtjes.nl/agenda

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17

Versterk je lichaam en ba... 15-01-2026 / 09:30 - 10:45 Pieter Grootstraat 17