Ervaar rust en kracht in Kundalini yoga

Maandag 1 december 2025 van 09:00 tot 10:15 uur

Over 3 dagen

Anahata - Centrum voor yoga en meditatie

Van Trieststraat, Nijmegen, Nederland

Terugkerende activiteit

Wekelijks op maandag tot en met 27 april 2026

Doe je elke maandag mee met Kundalini yoga?

De Kundalini yoga groepsles combineert oefeningen aan de hand van adem, dynamische bewegingen, meditatie en mantra. Dit geheel kan een heel bijzondere transformatieve werking hebben. Oude pijn kan oplossen, kwetsbaarheid kan weer thuiskomen. Steeds meer jij.

Er is ook een speciale ‘gentle’ groepsles kundalini, waarbij de les rustiger is van 10:45-12:00

meer info: https://anahatanijmegen.nl/ of tel: Manja Bente 0610948951

Voor wie

Volwassenen

Waarover

Gezondheid, Recreatie / ontspanning

Wat

Workshop / cursus

Waar

Bottendaal

Ga voor meer informatie naar
nijmegen-oost.nl/agenda

Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...
Ervaar rust en kracht in... 01-12-2025 / 09:00 - 10:15 Anahata - Centrum voor yo...