

# BINNENSTEBUITEN

STELT VOOR

## ZALIGE YOGA BUNDELS OP MAANDAG LIVE MUSIC YIN YOGA EN MANTRA ZINGEN

**Bundel 1: omarm de kracht van zacht, mildheid mag**  
11/9, 18/9, 25/9, 2/10, 9/10, 16/10, 23/10

**Bundel 2: duik in de diepte: adem in, adem uit**  
6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 18/12

**Bundel 3: er zijn: waardering verwarmt**  
8/1, 15/1, 22/1, 29/1, 5/2

**Bundel 4: dank de aarde, ze geeft niet op**  
19/2, 26/2, 4/3, 11/3, 18/3, 25/3

**Bundel 5: schoonheid voor iedereen**  
15/4, 22/4, 29/4, 13/5, 27/5, 3/6, 10/6, 17/6

### TIJDSTIP EN INVESTERING

19:00 - 20:00: mantra zingen  
20:15 - 21:15: live music yin yoga

mogelijkheid tot proefles (€ 11) of losse les (€ 14)  
bundel (€ 12/les) of combi-bundel (€ 11/les)

SCHRIJF JE HIER IN  
[binnenstebuiten@jto.be](mailto:binnenstebuiten@jto.be)  
[www.jto.be/binnenstebuiten](http://www.jto.be/binnenstebuiten)

### WIE ZIJN WIJ? VOLG ONS OP FACEBOOK OF INSTAGRAM

Veerle Hollevoet  
Marjan De Gendt  
een samenwerking tussen  
Jeugdtheater Ondersteboven vzw en Poppins & Pan vof