

Event agenda

Zondag 29 oktober	Ervaar de helende kracht van koude incl ijsbad en ademwerk
Zondag 5 november	XL les veilig werken aan je hoofdstand
Zondag 12 november	XL Acro yoga met massage
Vrijdag 17 november	XL Restorative met Yoga Nidra
Zondag 19 november	Kookworkshop zoete verleiding zonder suiker en troep
Zondag 26 november	XL Vinyasa Pralaya Based
Zondag 10 december	Kookworkshop Verrot Lekker Fermenteren, voeding als medicijn
Woensdag 13 december	Workshop Essentiële oliën
Vrijdag 15 december	Klankschaal beleving
Dinsdag 26 december	Kerst special met Natascha
Zondag 7 januari	Introductieles incl proefweek
Vrijdag 12 januari	XL Acro Yoga met massage
Zondag 21 januari	Kookworkshop ter ondersteuning van je goede voornemens
Zaterdag 3 februari	De helende kracht van koude inclusief ijsbad en ademwerk
Zondag 4 februari	Hoe kalmeer ik mijn zenuwstelsel?
Vrijdag 9 februari	Klankschaal beleving
Woensdag 14 februari	XL duo incl massage met touch Ayurveda
Vrijdag 16 februari	Hormoon-retreat-dag, je hormonen weer de baas!
Zondag 24 maart	De helende kracht van warmte Hoe warmte jou minder gevoelig maakt voor stress en angsten