

Start nieuwe seizoen Lijf & Leven Fit!

De **Pilates en Yoga lessen** van Lijf & Leven worden goed gewaardeerd. Fijn! Dat betekent echter ook dat de meeste uren nu vol zitten en daarom starten we na de zomervakantie met **uitbreiding** van de lessen.

OPEN LESSEN: We organiseren een aantal open/inloop/proef- lessen in de laatste week van augustus en starten daarna met de nieuwe groepen in september.

Doe gewoon eens mee of stuur je buurvrouw, buurman, zus, zwager, moeder of wie dan ook!

Open les Yoga Nidra: woensdag 30 augustus 20.00-21.00 in Ede

Open les Soepel & Fit: donderdag 31 augustus 9.30-10.30 in Veenendaal

Open les Hatha Yoga: donderdag 31 augustus 11.00-12.00 in Ede

Het lesschema is vanaf september als volgt:

Maandag

19.00-20.00 Yoga Ede

20.15-21.15 Yoga Ede

20.00-21.00 Pilates Veenendaal

Dinsdag

18.00-19.00 Pilates Ede

19.00-20.00 Pilates Ede

Woensdag:

18.45-19.45 Yoga Ede

20.00-21.00 Yoga Nidra Ede

Donderdag:

9.30-10.30 Soepel & Fit Veenendaal

11.00-12.00 Yoga Ede

Neem een folder mee voor informatie en....bel voor een **gratis** proefles naar Miranda (0318-642509) of vraag je eigen fysiotherapeut.