

## Een z<sup>☼</sup>ndag voor jeZelf



*Een dag om jezelf weer helemaal van top tot teen te voelen en contact te maken met je innerlijke balans.*

Op zondag 12 juni 2011  
van 10.00 – 15.00 uur

'Een zondag voor jezelf' is een combinatie van:

- Energy block release uit de Dru yoga
- bewustwording van je subtiële energie
- jezelf zien en voelen
- lekkere lunch
- ontspanning
- stralende dag, ook bij regen

Dru yoga oefeningen zijn ontwikkeld om je lichaam vrij te maken van blokkades omdat zij negatief doorwerken op je spieren, botten en organen. Soepel in balans komen via oefeningen en bewustwording. We maken de subtiële energie weer vrij en ontdekken ook waarom we de 'stevigheid' van een blokkade hebben toegelaten. We worden weer lichtdoorlatend.

Welkom vanaf 9.45 uur, programma 10.00-15.00

Kosten €45,- inclusief lunch

Locatie:

Studio Dhruva, Ursulinenstraat 21, 5915 BZ Venlo

Iedereen die behoefte heeft aan ontspanning en balans is welkom. Het programma wordt gegeven door:

Peter van Duren, Dru yogadocent en coach.

Marjon van de Looverbosch, trainer en coach.

Opgave via: [marjonvandeloverbosch@gmail.com](mailto:marjonvandeloverbosch@gmail.com)

