

HypnoYoga Amstelveen nieuwsbrief

Januari 2023

Lieve allemaal,

Aanstaande maandag 23 januari om 19.30 u is de eerste gratis online les van 2023.

Jullie ontvangen hiervoor aanstaande maandag een Teams link. Graag aanmelden voor maandag 17.30u. De les gaat door vanaf 2 deelnemers.

Mijn plannen voor 2023 zijn nog niet vastomlijnd.

Wat al wel vast staat is dat ik elke maand 1 gratis online les ga geven op de woensdagavond om 20.30u.

En zo gauw het weer wat warmer wordt zullen er buitenlessen en wandelingen georganiseerd worden.

Om weer beter in mijn energie te komen zitten en om te kijken wat haalbaar is heb ik de hulp ingeroepen van een ergotherapeut gespecialiseerd in NAH. Op termijn hoop ik dan ook weer korte workshops en individuele lessen te kunnen geven.

Ik hou jullie op de hoogte en mochten jullie ideeën/vragen hebben let me know 😊

Tot slot wens jullie allemaal nogmaals een heel mooi en gezond 2023!

Lieve groet en Namasté,

Monique