

Nieuwsbrief December 2021

Beste mensen,

Aanvulling op de eerdere nieuwsbrief:

Flow in 2 Balance is helaas door de lockdown vervallen
Maar misschien dat het volgende idee je zal bevallen.

Yoga op muziek via een 'verborgen pagina' op de website van Yoga Studio C,
wanneer het jou uitkomt, qua tijdstip en dag, doe je mee.

[https://www.yogastudioc.nl/Online-lessen-bij-Yoga-Studio-C/](https://www.yogastudioc.nl/Online-lessen-bij-Yoga-Studio-C/Online-lessen-bij-Yoga-Studio-C/)

(Klik daarna op 'FLOW IN 2 BALANCE' om door te linken naar de verborgen pagina)

Muziek tijdens de online lessen:

Op dezelfde pagina als de Online lessen staan

Staan een aantal playlists waarmee je je helemaal kunt laten gaan.

Muziek die ook heel mooi passen bij de verschillende Yoga lessen.

Zijn de suggesties die worden aangeboden.

Zoals de muziek van Yannick Middelkoop.

Laat je eens verrassen met deze muziekgoden.

Met de verscherpte maatregelen ook een aantal aanpassingen op het rooster:

- 🕒 **Zondag: Yin Yang Yoga vervangt Flow in 2 Balance. Tijdstip: 09.30 uur**
- 🕒 **Vrijdag: Yin Yoga les zonder Aerial Swing. Tijdstip 10.00 uur.**

De volgende lessen vervallen (tijdelijk):

- 🕒 **Woensdag: Yin Yoga 10.00 uur vervalt.**
(deze les was ingepland ivm de mogelijkheid tot 17.00 uur les te volgen op locatie)
- 🕒 **Alle Flow in 2 Balance lessen vervallen omdat yoga op muziek in combinatie met Zoom niet mogelijk is. Maar daarvoor dus de meeste tracks op de verborgen pagina op de website :-)**

Lieve mensen, nogmaals: de beste wensen richting het nieuwe jaar,
Zowel met de Kerstdagen, als met Oud- en Nieuw jaar.

Namasté,
Ceres van Sutphen
Yoga Studio C 🧘‍♀️

