

Lieve allemaal,

Het afgelopen jaar is voorbijgevlogen in het begin van het jaar nog wat start problemen, maar na Corona elkaar weer ontmoeten op de mat was heerlijk na 2 jaren struggelen, en uiteindelijk kijken we terug op een mooi yoga seizoen. Dankbaar dat er weer veel mogelijk is. We blijven alert en de hygiëne maatregelen in acht nemen, wat betreft extra handdoeken, handen desinfecteren, testen etc.

We wensen jullie goede afronding van 2022.

Het nieuwe seizoen start weer op maandag 9 januari dinsdag 10, woensdag 11 en donderdag 12 en vrijdag 13 januari 2023. Op dinsdagen is er les voor de zwangeren en je mag contact opnemen of er plaats is ochtend en avond, via Momo gratis aanmelden. Als vanouds kun je kiezen voor een heel blok, bestaande uit Lessen in januari t/m maart. Natuurlijk heb je ook de keus uit losse lessen of 5 rittenkaart via Momo of mijn website kan iedereen zich aanmelden op: www.momoyoga.com/yogaoverloon

Na het eerste blok zijn er ook weer lessen, kunnen tijden veranderen of lessen samengevoegd worden, maar dat duurt nog even. Alles is aan veranderingen onderhevig zoals alles in het leven. Dat 2023 een vruchtbaar jaar mag worden voor je op diverse fronten.

Om met een frisse blik het nieuwe yogaseizoen 2023 te starten zouden we het fijn vinden om wat input van jullie te krijgen. Als docent en ook als cursist, blijf je je ontwikkelen. Je bent constant "op pad", het leven verandert, je kijk op dingen en dat kan ook je kijk op de yogales zijn.

Wat ik dus graag zou willen weten is het volgende:

- Wat voor oefeningen wil je graag zien/terugzien in het komende seizoen?
- Heb je ideeën voor lesthema's? Of XXL-lessen, workshops, zelfmassage, samen als duo's, Egyptische yoga, meditatie, buitenlessen etc.
- Zijn er vragen over oefeningen of thema's die al aan bod zijn geweest? Jouw reactie helpt ons allemaal, alvast bedankt voor je reactie.

Ivo en ik wensen jullie allemaal vreedzame feestdagen, mooie momenten met je familie/gezin en dierbaren. Maar ook verstilling om de natuur in te gaan en we zien jullie graag ook weer in 2023 op de mat.

Rooster komt begin 2023, graag in 2023 betalen i.v.m. administratie/boekhouding.

Dank voor alle lieve reacties. Houd Momo in de gaten!

Sluit ik af met deze mooie zin:

Reiziger, er is geen weg... de weg maak je zelf, door het te bewandelen, het leven ontwikkelt zich vanzelf. Blijf jezelf verwonderen en blijf nieuwsgierig en dankbaar voor wat zich allemaal op je levenspad aandient.

Durven is even je evenwicht verliezen.... Niet durven is jezelf verliezen!

Namasté, HARTE groet van ons Ingrid & Ivo

Yoga draagt bij aan je fysieke & mentale gezondheid.