

Rooster Body & Mind 2018-2019, 2^e trimester**De cursussen beginnen in de week van 3-7 december 2018, tenzij anders vermeld.**

Dag/Tijd	Plaats/Cursus	Docent
<u>Dinsdag</u>	<u>Dramazaal</u>	
16.00-17.00	Introductie in Mindfulness	Wouter Tamminga
	<u>Zangzolder</u>	
17.00-18.15	Ontspanningsyoga en meditatie-groep 1	Ilse de Wit
<u>Woensdag</u>	<u>Dramazaal</u>	
16.00-17.00	Poweryoga	Sasja Logtenberg
	<u>Zangzolder</u>	
17.30-18.45	Hatha Yoga-gevorderd	Madelon Kroes
19.00-20.00	Hatha Yoga-beginners	Madelon Kroes
<u>Donderdag</u>	<u>Dramazaal</u>	
18.00-19.00	Yin Yoga	
<u>Vrijdag</u>	<u>Dramazaal</u>	
10.00-11.00	Pilates	José Dragtsma