

Kleur-Vol bewegen



Bij Kleur-Vol bewegen zijn Yoga, Tai Chi, adem, zang, dans en verbeelding vaste onderdelen.

Kleuren zijn onlosmakelijk verbonden met beweging; De kleuren van het zonlicht komen als lichtgolven naar de aarde. Elke kleur heeft een eigen golfbeweging, een eigen frequentie en effect op ons mensen.

Beweging in ons lijf zorgt voor beweging en soepelheid in ons mens-zijn. Als energie stopt met stromen, verliezen we kleur. Dan sijpelt er spanning binnen en kleurt de wereld ineens heel anders, soms wordt het zelfs wat kleurloos om ons heen.

Kleur-Vol bewegen brengt je terug in je lijf, laat je voelen en lachen en dansen en springen. Het brengt vrijheid en kleur voor jong en ouder.



Wat hebben we in ons aanbod:

Kinderyoga workshops op maat	€ 90, - p.u.*
Kinderyoga korte cursus; vijf lessen van een uur	€495,- **

*Wanneer er geen zaalhuur wordt gerekend is de workshop prijs €80,-

**Bij individuele betaling is dit € 55,- per kind voor een korte cursus van vijf lessen.

Omdat ik graag bij elke les aan elk kind een stukje persoonlijke aandacht wil geven, hou ik de groepen klein: het maximumaantal deelnemers is 9 kinderen. Bij 6 deelnemers gaat een workshop/cursus altijd van start.

De cursussen en workshop worden gegeven in Heerhugowaard en omgeving Alkmaar.