

Praktische informatie “Zacht landen in het ouderschap”

Waar gaan de lessen door?

De lessen gaan door in de yogastudio te Lot, Wolfabriekstraat 18, bus 001 (gelijkvloers). Het is het oude poortgebouw dat vooraan staat. De yogastudio zit links onderaan. Je belt aan en de deur zal automatisch opengaan (goed duwen!)

De yogastudio

Als je binnenkomt zal je aan de linkerkant een kleine ontvangstruimte vinden waar je schoenen, jas en handtas kwijt kan.

In de yogaruimte zelf zijn schoenen niet toegelaten.

Parking?

Er is geen parking voorzien maar je vindt vast parking in de straten in de buurt (bvb aan het station).

Via deze link kom je te weten waar je kan parkeren

<http://www.wonder-wel.be/locatie-en-parkeren.html>

Wat voorzien jullie?

- Schrijfgerief
- Comfortabele kledij waarin jij je goed voelt. We zitten op de grond maar stoelen en zitballen zijn aanwezig.

Wat is voorzien in de zaal?

- Yogamatten, kussens, stoelen en zitballen
- Een hapje en drankje
- Notitieschriftje

En dan nog even dit.

- Tijdens de les volg je je eigen ritme. Er is altijd ruimte om even een drankje of hapje te nemen, naar toilet te gaan of je even af te zonderen.
- **Gelieve steeds te verwittigen als je niet naar de les kan komen.** Mijn gegevens vind je onderaan deze mail.
Dit om te voorkomen dat we onnodig wachten tot de groep voltallig is. Een korte sms is voldoende!