

Zelfregiecentrum Nijmegen



Over 2 weken



St. Jorisstraat 72, Nijmegen



Wekelijks op maandag tot en met 20 april 2026

Yoga kun je ook heel goed op een stoel doen. Adriaan neemt je graag mee. Je gaat zo ver als je kunt gaan. Iedere keer doen we vaste oefeningen, maar ook nieuwe. We zingen een mantra en sluiten af met een meditatieoefening. Adriaan: 'Voor mij is het vooral het aangaan van een intiemere relatie met mijn adem. Dat heeft mij veel gebracht.' Gratis, aanmelden: secretariaat@zrcn.nl, 024 – 751 111 20.

Jongeren, Volwassenen, Senioren

Gezondheid, Ontmoeten

Workshop / cursus

Alle wijken / nvt

Ga voor meer informatie naar
mijnbrakkenstein.nl/agenda

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025/ 10:00 - 11:00

St. Jorisstraat 72

Doe mee aan gratis stoely...

15-12-2025 / 10:00 - 11:00