

Maandag

09:00 Hot Bikram (90 min)
18:30 Kettlebell yoga (60 min)
20:00 Hot Absolute (75 min)

Dinsdag

09:00 Critical Alignment (75 min)
18:30 Stress Release (60 min)
20:00 Hot Flow (60min)

Woensdag

09:00 Mindfulness les *
18:00 Hatha Pranayama (75min)
20:00 Hot Yin (90 min)

Donderdag

07:00 Hot absolute (60 min)
09:00 Hot absolute (60 min)
18:00 Ashtanga yoga (75 min)
20:00 Hot Bikram (60 min)

Vrijdag

09:00 Hot Absolute (60 min)
11:00 Stress Release (60 min)
18:00 Hatha Balans Yoga (60 min)

Zaterdag

09:00 Critical Alignment (75 min)
11:00 Hot flow (60 min)

Zondag

09:00 Hot Yin (90 min)
11:00 Hot Absolute (60 min)
17:00 Meditatie **



Like en volg

ons op Facebook en Instagram

Probeer 10 minuten voor aanvang les aanwezig te zijn. Op deze manier geef je je lichaam de tijd om te wennen aan de yoga ruimte.

Reserveer online

Daandasana Yoga Studio
Thorbeckestraat 5, 2042 GL
Zandvoort (to Casino)
email: daandasana.yoga.nl ,
info@daandasana.yoga.nl tel:
0625096467

*t/m 8 November dan komt hiervoor
Hormoon yoga op het rooster.
**wisselende tijden, kijk voor actuele tijd
online.

Kijk altijd even online voor eventuele onvoorziene annulering van een les