

VAKANTIEREGELING van de YOGASCHOOL RAMA SAENEN

juli-augustus 2026

1. Lichaamsoefening, ademhaling, relaxatie en mentale training: prijs: 12 euro (geen bonnetjes)

- 1) **MORTSEL: vakantieadres:** De Tandem 2, Lepelstraat (achter St.-Benedictuskerk)
elke **maandag** om 14u van 6 juli tot en met 10 augustus
- 2) **MORTSEL: vakantieadres:** De Sportschuur, Lusthovenlaan 12
elke **maandag** om 20u van 6 juli tot en met 31 augustus
- 3) **ANTWERPEN:** School De Brug (bovenzaal), Steenbokstraat 3 (Zurenborg)
INDIEN MOGELIJK: dinsdag om 20u van 7 juli tot en met 11 augustus
! werken gepland, data nog niet bekend, bekijk vooraf onze website !
- 4) **WILLEBROEK:** Seniorplaza, Plazarama, Overwinningsstraat 133
dinsdag om 19.30u van 7 tot en met 28 juli (geen les op 21 juli)
- 5) **BERCHEM:** Zaal Bergheem, Lodewijk De Koninckstraat, 10-12
elke **woensdag** om 10u van 1 juli tot en met 26 augustus
- 6) **LIER: vakantieadres:** Tinc+ (VTI), Kruisbogenhofstraat 7 (parkeren kan op speelplaats)
elke **woensdag** om 20u van 1 juli tot en met 12 augustus
- 7) **WILRIJK:** GZA Zorg en Wonen Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29
elke **woensdag** om 19.30 van 1 juli tot en met 26 augustus
- 8) **HEIST-OP-DEN-BERG:** Vrije Basisschool, Oude Lierse Baan 33
elke **donderdag** om 19.30u van 2 tot en met 30 juli

De lessen worden gegeven door Devi, Gita, Annie, Mimi en Erik of door één van de andere leraars.

2. Meditatie, yogische gezangen en beluisteren van wijsheden uit de yogaschriften
via opname van een lezing door Rama Saenen: prijs: 12 euro

DUFFEL: zaal Spring, Winkelstraat 7
zaterdag om 19.30u op 18 juli en 29 augustus

Info: 03 449 40 89 of 03 455 60 00

www.yoga-rama-saenen.be

info@yoga-rama-saenen.be

saenenvanhove@skynet.be

Wij verwachten u !