

## Yoga Relax: 1e Serie lessen Sept '25 t/m Jan '26

Wij bieden 2 delen aan: 1<sup>e</sup> Deel van Sept. t/m Jan. 2<sup>e</sup> Deel Febr.-Juli. U betaalt het aantal lessen (dus niet de feestdagen en vakanties). U kunt na 1 Deel stoppen.

En als extra service krijgt u toegang tot de on-line Itokan video-bibliotheek met lessen van verschillende lengte en intensiteit (Alleen beschikbaar voor leden)

- U kunt zich ook voor 2 vaste uren per week aanmelden.  
Dit mogen verschillende vormen zijn. **De 2<sup>e</sup> vaste les is slechts 7 €**
- **Instroom, alleen aaneengesloten** mogelijk tot einde 1<sup>e</sup> Deel (=14,15 € per les).
- U komt in een \*vaste groep.
- Eenmalige proefles 10 €
- De krukjes zijn aanwezig. Grote en kleine handdoek meenemen. Makkelijke kleren aan.

\* Kunt u een keer niet: Bel/mail dan even als u de les wilt inhalen. Niet altijd is er "inhaal plek".  
Inhalen is alleen mogelijk binnen de serie lessen (dus niet overdraagbaar naar een volgend deel)

U kunt ook de Gyrokinesis® en Pilates lessen gebruiken als inhaal moment

**Betaling op NL 11 INGB 0000.148620 ITOKAN Amersfoort**  
Onder vermelding van uw naam, dag en uur v.d. cursus Yoga Relax...  
*Restitutie na aanvang van de cursus niet mogelijk*

Indien betaalt **voor 18 augustus** 17 lessen is € 227  
Indien betaalt **na 18 augustus** 17 lessen is € 240,50

Yoga Relax	Dinsdag
<b>Itokan Health Centrum</b>	<b>09.15 - 10.15</b>
<i>Sept</i>	<i>2,9,16,25,30</i>
<i>Okt</i>	<i>--,14,21,28</i>
<i>Nov</i>	<i>--,--,18,25</i>
<i>Dec</i>	<i>2,9,16,--,--</i>
<i>Jan '26</i>	<i>6,13,20,27</i>