



Inner Movements

Pilates ♦ Yoga ♦ Dans

Nieuwsbrief mei

Lieve allemaal,

Hoe gaat het met je? Lukt het je om de social distancing vol te houden? Helaas zijn we genooddaakt nog een paar weken langer afstand te houden tot in ieder geval 20 mei. Zodra de overheid groen licht geeft zal ik weer beginnen met het geven van lessen, uiteraard de voorschriften in acht nemend. Hier heb ik al een aantal plannen voor op de plank liggen.

Vooraf wil ik even laten weten dat ik jullie mis! Ik mis de energie die ik van jullie krijg, de input om nieuwe lessen te bedenken en ik mis dat ik jullie geen aanwijzingen kan geven.



Maar ik wil ook leuk nieuws met jullie delen: Zoals ik al had aangegeven, heb ik een eigen studio gevonden en daar ben ik de afgelopen weken druk bezig geweest om die in te richten. Er zijn nog wat kleine dingetjes waar ik nog wat mee wil doen, maar er kan les gegeven worden! Dus noteer vast het adres: Constructieweg 11, 1271EN Huizen.

Online lessen in mei

Wegens de verlening van de intelligente lockdown zal ook in de maand mei online les gegeven worden. Maar vanaf nu worden de video's opgenomen in de studio.

Wil je deze maand graag de video lessen mee doen, stuur dan een mailtje of een whatsapp. Een online abonnement kost €30 voor 3 lessen per week.

Volgde je in april ook al online les, dan hoef je geen mail te sturen.

Stel nou, dat de overheid besluit dat de studio na 20 mei open mag gaan, dan wordt de laatste les geen video les, maar een live les!



Dag	Tijd	Les Soort
Maandag	9.30-10.30	Pilates*
	10.45-12.00	Yoga Morning flow*
	19.00-20.15 20.30-21.45	Vinyasa Flow Yoga Evening Flow Yoga
Dinsdag	10.00-11.00	Stretch & strength*
	19.00-20.00 20.15-21.30	Pilates* Vinyasa yoga*
Woensdag	19.00-20.00 20.00-21.00	Pilates Pilates
	Vrijdag	10.00-11.00

Uitbreiding lesrooster

Als we het dan toch hebben over de situatie na de lockdown; er komt een flinke rooster uitbreiding aan! Neem alvast een kijkje op mijn website <http://innermovements.nl/lesrooster/>

Dan wil ik jullie voor de komende weken veel sterkte wensen. Blijf fit en in beweging. Ik hoop op snelle versoepelingen, zodat we elkaar binnenkort weer mogen zien!

Lieve groet,
Anneroo

Vergeet niet dit email adres op te slaan in je adresboek. Zo voorkom je dat deze nieuwsbrief in de spam beland.



Facebook



Website



Instagram

Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@innermovements.nl toe aan uw adresboek.