

A woman with dark hair, wearing a white tank top and black leggings, is performing a Bhujangasana (Cobra) yoga pose on a bright pink mat. She is lying on her stomach with her elbows tucked under her shoulders and her head resting on the floor. Her hands are flat on the mat, and her upper body is lifted, creating a gentle arch in her back. The background is a plain, light-colored wall and floor.

 **Dinsdag 20 januari 2026 van 19:30 tot 20:30 uur**
Over 7 weken

 **Leger des Heils**
Murillostraat, Bovenkarspel, Nederland

 **Terugkerende activiteit**
Elke 2 weken op dinsdag tot en met 17 maart 2026

Kom tot rust en ontspanning en lichaam, geest en ziel.

Volwassenen, Senioren

Gezondheid

Workshop / cursus



Ga voor meer informatie naar
medekernen.nl/agenda

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m...

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m...

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m...

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m....

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Leger des Heils

Ontspan en kom tot rust m...

20-01-2026 / 19:30 - 20:30

Ernen das Heils