

ELLGURD

School
voor
InterCulturele
Beweging

Uurrooster Antwerpen Jan – Juni '24

| maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag |
|--|--|---|---|--|
| 6:30 Mantra-Nidra-Meditation 7:00 Pranayama-Yoga end 7:45 | | 6:30 Mantra-Nidra-Meditation 7:00 Pranayama-Yoga end 7:45 | | 6:30 Mantra-Nidra-Meditation 7:00 Pranayama-Yoga end 7:45 |
| 10:15 Taichi III* | | | 9:30 Taichi I* 10:30 Taichi II* end 11:30 | |
| 11:45 Pilates* | | | | |
| 13:30 Yoga * | | | | |
| 14:30 Qiqong * | | | | |
| | PRIVATE CLASSES | | WORKSHOPS | |
| | 18:30 Capoeira Kids 19:00 Capoeira volw | | 19:00 Taichi/Bagua 20:30 Yoga 21:30 Meditation end 22:00 | Reiki Oefenavond 2e vd maand Healing - Drumcirkel 3e vd maand |
| 20:00 Authentic movement 21:00 Mantra meditation end 22:00 | 20:00 Kung Fu 21:00 Tuishou-Relax. end 22:00 | | | |
| * Lessen in Puurs | | Lessen in het blauw zijn ook online te volgen | | Klik voor meer info |

Net als vorig schooljaar heb je de mogelijkheid om een (extra?) lesje mee te doen van thuis.
Klik op het juiste moment op <https://us02web.zoom.us/j/2620345466> en je komt direct in ons digitaal leslokaal terecht!

Prijzen Jan – Juni '24

Je betaalt per keer dat je binnenkomt.
Start je bv. Donderdagavond om 19u en doe je mee tot 22:00u , telt dit maar voor 1 keer.
Doe je enkel Yoga donderdagavond om 20:30u , betaal je ook voor 1x.
Online lessen tellen ook voor 1x
Ben je met 2 van hetzelfde gezin, betaal je studentenprijs!

1x/week 300€ (270€ student)
2x/week 400€ (360€ student)
3x of meer/week 550€ (500€ student)

Losse les 20€
Kindercapoeira-kungfu : 110€

8 januari – 27 juni
Krokusvakantie 10/2 – 18/2
Paasvakantie 30/3-14/4

Cash of via overschrijving

vzw Ellgurd, Essenstraat 4, 2060 Antwerpen
IBAN :BE24 7340 2563 0338 BIC : KREDBEBB
mededeling : <naam> <cursus>

Volledige agenda

Neem contact op als je een aangepaste betaling wil doen.

www.ellgurd.be s@ellgurd.be +32(0)477 729062