

Programma activiteiten januari 2019 bij Noord Straalt

Datum/tijd		Evenement	Wat	Door	Info	Contact/Aanmelden
ma 7 jan	19:30-22:00	Transformational Breath©	ademworkshop	Annette Fehse en Neletta Bouwman	Transformational Breath	Annette 06 5469 5404
di 8 jan	19:30-21:45	Mindfulness wekelijks t/m 15 jan	mindfulness toepassen in je dagelijks leven	Tamara Renaud	Mindfulness	06 8188 5692
wo 9 jan	9:00-10:00	Senioren sport (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
do 10 jan	19:30-21:15	Meditatie voor Dummies 1	1 ^e van 5 avonden kennismaking met diverse meditatievormen	Inge de Koning	Inge's Zen Zone	06 2682 6517
do 10 jan	19:30-21:00	Biodanza (wekelijks)	Biodanzales: bewegen, muziek, contact en ervaren	Minco Ruiters en Frank Bremer	Biodanza-Amsterdam Noord	Buurtkamer Kadoelen, Nathan F. Israëlweg 3a
do 10 jan	20:15-21:15	Sport training voor mannen (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
vr 11 jan	9:00-17:00	Masseren zonder Handen©	laatste dag van 3-daagse nascholing voor beroepsmasseurs	Koert Sondorp	Rustpunt Massages	06 2327 7762
vr 11 jan	14:00-23:00	Happy Aloha Friday	lomi lomi massages op donatie voor Stichting Share Aloha	Eric Tielemans	Happy Aloha Friday	Afspraak maken is noodzakelijk: 06 4972 0386
vr 11, za 12 & zo 13 jan	9:00-17:00	Pleiadisch Lichtwerk jaargang 1 blok 2	Lichtwerk opleiding	Inge van Straalen	Pleiadisch Lichtwerk	Inge van Straalen
zo 13 jan	19:00-20:00	Informatie-moment	Voor geïnteresseerden in huren en/of samenwerking	Noord Straalt	Huren	info@noordstraalt.nl
zo 13 jan		Inspiratieavond geannuleerd				
ma 14 jan	20:00-22:00	Team-avond Noord Straalt	Besloten overleg therapeuten en docenten Noord Straalt			
di 15 jan	19:30-20:30	Flying Dance Meditatie	Hawaiiaanse dansmeditatie (deelname op donatie)	Saskia Roelofs & Eric Tielemans	www.malamalomi.com	Aanmelden graag, maar niet noodzakelijk 06 4972 0386
di 15 jan	19:30-21:45	Mindfulness Laatste les in deze reeks	mindfulness toepassen in je dagelijks leven	Tamara Renaud	Mindfulness	06 8188 5692

wo 16 jan	9:00-10:00	Senioren­sport (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
do 17 jan	19:30-21:15	Meditatie voor Dummies 2	2 ^e van 5 avonden kennismaking met diverse meditatievormen	Inge de Koning	Inge's Zen Zone	06 2682 6517
do 18 jan	19:30-21:00	Biodanza (wekelijks)	Biodanza-les: bewegen, muziek, contact en ervaren	Minco Ruiter en Frank Bremer	Biodanza-Amsterdam Noord	Buurtkamer Kadoelen, Nathan F.Israëlweg 3a
do 18 jan	20:15-21:15	Sporttraining voor mannen (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
za 19 jan	9:45-17:30	Reiki 2	Verdiepingscursus (vervolgens op 10 februari)	Kyra Walhof	Reiki 2	info@zensaties.nl
zo 20 jan	14:00	Nieuwjaarsbijeenkomst Oliefans	Besloten bijeenkomst			
di 22 jan	19:30-21:45	Mindfulness wekelijks t/m 26 maart	mindfulness toepassen in je dagelijks leven	Tamara Renaud	Mindfulness	06 8188 5692
wo 23 jan	9:00-10:00	Senioren­sport (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
do 24 jan	19:30-21:15	Meditatie voor Dummies 3	3 ^e van 5 avonden kennismaking met diverse meditatievormen	Inge de Koning	Inge's Zen Zone	06 2682 6517
do 24 jan	19:30-21:00	Biodanza (wekelijks)	Biodanza-les: bewegen, muziek, contact en ervaren	Minco Ruiter en Frank Bremer	Biodanza-Amsterdam Noord	Buurtkamer Kadoelen, Nathan F.Israëlweg 3a
do 24 jan	20:15-21:15	Sporttraining voor mannen (wekelijks)	Verantwoord bewegen	Hannah Hondema	Plezier in Bewegen	06 1455 6000
vr 25 & 26 jan	9:30-17:00	Massage bij Rouw	nascholing voor lichaams-gerichte therapeuten	Corinne de Graaf	rouwenmetcompassie.nl	06 1069 4910
vr 26 & za 27 jan	9:00-17:00	Pleiadisch Lichtwerk jaargang 2 blok 1	Lichtwerk opleiding	Inge van Straalen	Pleiadisch Lichtwerk	Inge van Straalen
di 29 jan	19:30-21:45	Mindfulness wekelijkse training t/m 26 maart	mindfulness toepassen in je dagelijks leven	Tamara Renaud	Mindfulness	06 8188 5692
wo 30 jan	20:00-22:00	Compassie start van wekelijkse training t/m 17 april	(zelf)compassie toepassen in je leven (verdieping op de training mindfulness)	Tamara Renaud	Compassie	06 8188 5692