



Via mijn vorige yogadocent kwam ik een aantal jaar geleden in contact met Hans. Hij dacht dat zijn manier van yoga beoefenen mij wel zou aanspreken. Ik was toen al een tijd op zoek naar een nieuwe yogagroep (mijn docent toen ging stoppen) en dat was nog best wel lastig. Yoga is er in vele vormen. Ook de manier van lesgeven kan heel erg verschillen.

Na een eerste kennismaking met Hans op een zomerse dag met een kop thee in de tuin en daarna een proefles ben ik gestart in de yogagroep. Dat beviel me erg goed. Zijn manier van lesgeven in de groep voelde voor mij al snel vertrouwd. Met veel plezier kwam ik iedere week naar de les. Na een tijd besloot Hans om te stoppen met de groepslessen en door te gaan met yoga in kleine groepen bij hem thuis. In mijn geval met 2 personen. Ik was altijd gewend om in een groep yoga te beoefenen, maar deze uitdaging wilde ik ook weleens aangaan.

De yogaruimte is mooi! De combinatie van oefeningen maar ook de teksten die Hans gebruikt en de gesprekken die daaruit voortvloeien vind ik fijn. Ik had afgelopen jaar te maken met een grote verandering op werkgebied. Deze gesprekken met Hans hebben mij zeker geholpen in het maken van keuzes. Na afloop van de les drinken we altijd thee en praten we nog even na. Vaak ook met Rini erbij. Samen met Hans geeft Rini massage en die is ook zeer aan te raden. Ik ben heel blij dat ik Hans en Rini heb ontmoet. Mede door hun gastvrijheid heb ik weer een fijne yogaplek gevonden.....