



# YOGAPLACE BEDRIJFSYOGA

Een prettige samenwerking voor werknemer én werkgever bepaalt het succes van veel organisaties. Wie werk en leven op een gebalanceerde manier met elkaar weet te combineren, blijft gezond en productief, is flexibel en blijft zich door ontwikkelen. Hecht u als werkgever waarde aan het welzijn uw medewerkers? Dan is de Yogaplace Bedrijfsyoga interessant voor u!

Yogaplace en alle betrokken yogaleraren zijn als school en persoonlijk gecertificeerd door de Yoga Alliance. Dit betekent dat u erop kunt vertrouwen dat uw medewerkers kwalitatieve yoga-instructies krijgen van kwalitatief opgeleide leraren die zelf yoga als leefstijl hebben. In onze Bedrijfsyoga combineren wij yogaposes uit de Ashtanga Yoga-traditie, Yin Yoga, Easy Flow Yoga en uiteenlopende meditatietechnieken, ademhalingstechnieken en innerlijke bezinning. Altijd afgestemd op uw wensen. Zodat uw werknemers er weer helder en in balans tegenaan kunnen.

**Yogaplace**

**Maastricht, Sittard en Urmond**

**[info@yogaplace.nl](mailto:info@yogaplace.nl)**

**[www.yogaplace.nl](http://www.yogaplace.nl)**



*Diepe Ontspanning  
Verbeterde ademhaling  
Lager ziekteverzuim*

*Minder werk gerelateerde  
pijnklachten  
Juiste balans tussen werk en  
privé  
Geconcentreerder kunnen  
werken*

*Beter prioriteiten kunnen  
stellen  
Beter inzicht in complexe  
problematiek*

*Kan in makkelijke zittende  
sportkleding worden  
uitgevoerd.  
Duur: variërend tussen 60 en  
120 minuten*

## EEN GREEP UIT ONZE PARTNERS:

ENEXIS  
Lunchyoga op locatie

MUMC+  
Yogalessen na het werk &  
Mindfulness in lunchpauze

ZUYDERLAND  
Tien weken trajecten

BRIGHTLANDS  
Yogalessen na het werk