

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>

Verzonden: vrijdag 29 mei 2020 14:23

Aan: Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl>; HBEL SociaalPlein <hbel@sociaalplein.info>; gemeente, gemhzn <gemeente@huizen.nl>; Veenstra, Jan <j.veenstra@huizen.nl>

Onderwerp: Re: Her-opening centrum

Urgentie: Hoog

Goedemiddag Chantal,

Wederom wil ik wijzen op het feit dat Bewustzijnscentrum Bala **géén sportaccommodatie of vereniging** is.. het centrum kan niet onder 1 hokje gedefinieerd worden en ik zou het fijn vinden als er vanuit de verschillende domeinen binnen de Gemeente gekeken kan worden naar Bewustzijnscentrum Bala:

- Het is een openbaar multifunctioneel centrum, een ontmoetingscentrum waar zelfstandigen samenwerken in het kader van maatschappelijk welzijn voor baby tot oudere..
- Waar verschillende branches werkzaam zijn op het gebied van sociaal, cultureel domein en maatschappelijke ondersteuning..
- Waar het merendeel óók werkzaam is in gezondheidsdiensten zoals GGZ en vanuit die expertise hun activiteiten aanbieden in het centrum dus heel goed weten wat wel en niet verantwoordelijk is en het [protocol](#) van Bala èn die van hun eigen beroepsbranche volgen..

Ik richt daarom mijn mail ook aan de Gemeenteraad om de bijzondere situatie van Bala ook bij hen onder de aandacht te brengen:

Naast de yoga en tai-chi lessen die momenteel keurig buiten gegeven worden zijn er nog veel meer activiteiten die niets met beweging te maken hebben:

- begeleiding, coaching, therapie, acupunctuur, massage (contactberoepen die vanuit de overheid 11 mei weer mochten starten)
- medische- en psychosociale basiskennis opleidingen, mindfulness en meditatie trainingen enz. (scholing vind weer plaats, ook voor professionals volgens de door hun aangesloten branches i.o.m het RIVM vanaf 1 juni, dus ook zij kunnen aanhaken op de richtlijnen..)

Het is onmogelijk om het centrum onder 1 branche te scharen met zo'n breed aanbod.

Dat er nog geen yoga en tai-chi lessen binnen gegeven mogen worden dat is duidelijk. Er is een Nationaal besluit, genomen i.o.m. verschillende branches, dat o.a. scholen, buurthuizen, ontmoetingscentra per 1 juni weer open mogen. Dat deze activiteiten door Gemeente Huizen niet toegestaan zijn, is voor ons team en haar bezoekers onduidelijk en ook niet fair naar centra in andere Gemeenten die wel gewoon hun activiteiten weer op mogen pakken per 1 juni.

Daarnaast is dit voor centrum Bala zelf ook een grote domper (naast het enorme financiële gat wat is ontstaan sinds 16 maart jl.): Mensen uit team Bala geven aan met hun aanbod in Huizen nu uit te willen wijken naar andere Gemeenten waar ze wel mogen starten wat een einde zou betekenen van een jarenlange samenwerking. Het gat m.b.t. het maatschappelijke aanbod binnen Gemeente Huizen wordt zo nog groter. Dagelijks krijgen we vragen wanneer de activiteiten weer gaan starten. Mensen hebben behoefte aan een luisterend oor, ondersteuning, educatie en ontspanning!

We verzoeken Gemeente Huizen dan ook vriendelijk, doch dringend, om mee te gaan met het advies van de overheid en de binnenactiviteiten van Bewustzijnscentrum Bala (uitgezonderd yoga en tai-chi) toe te staan en breder te gaan kijken dan het centrum als sportaccommodatie te bekijken. Alvast onze hartelijke dank voor de genomen moeite!

Namens team Bala,

Warme groet,
Crescentia Heuvingh

Trompstraat 1 - 1271 SX Huizen - (06) 151 44 666

www.bewustzijnscentrum-bala.nl

Op 28 mei 2020, om 18:12 heeft Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl> het volgende geschreven:

Beste Crescentia,

Regionaal is afgesproken dat er binnen nog geen activiteiten gegeven mogen worden. Als alternatief kunnen de lessen buiten worden gegeven en vanaf 1 juli als de openstelling van sportscholen etc. bekrachtigd wordt, weer binnen.

Hopende je hiermee voldoende geïnformeerd te hebben.

Met vriendelijk groet,

Chantal Heinen

<image001.jpg>

Beleidsondersteuner | Gemeente Huizen | Postbus 5 - 1270 AA Huizen | T (035) 528 1455
| c.heinen@huizen.nl | www.huizen.nl

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>

Verzonden: zaterdag 23 mei 2020 17:39

Aan: Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl>

Onderwerp: Re: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten

En een aanvulling dat naast cursusruimtes ook ontmoetingscentra weer open mogen vanaf 1 juni: <https://www.buurtwijs.nl/content/voorbereiding-opening-buurthuizen-0>

Op 20 mei 2020, om 17:25 heeft Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl> het volgende geschreven:

Nog een aanvulling op onderstaande mail:

Begin doorgestuurd bericht:

Begin doorgestuurd bericht:

Van: Stichting KTNO <info@ktno.nl>

Onderwerp: KTNO special - Coronavirus: Versoepelingen per 1 juni!

Datum: 20 mei 2020 om 15:32:07 CEST

Antwoord aan: Stichting KTNO <info@ktno.nl>

<8fa9a2db-dce7-4987-8aeb-ad8d95ff8179.png>

<f8636eeb-9700-4764-acd0-cdc703e5ce1b.jpg>

Goed nieuws!

Wij kunnen u melden dat met het kabinetsbesluit van gisteren beoogd is ook opleidingen en cursussen tot maximaal 30 personen en met inachtneming van de afstandsregels per 1 juni weer mogelijk te maken. Dit kan met afhuren van een horecagelegenheid of buiten, maar mag ook in “normale” eigen cursusruimten plaatsvinden.

Wel gelden dezelfde reserveringsregels en de verplichting tot het afnemen van controlegesprekken [conform de binnen-horeca](#).

Op dit moment zijn de veiligheidsregio's belast met het in regelgeving omzetten van de crisismaatregelen en de handhaving daarvan. De noodverordeningen van de veiligheidsregio's nemen daar een centrale rol in. Hoewel de veiligheidsregio's beogen zo veel mogelijk uniformiteit in hun noodverordeningen op te nemen en de aanwijzingen van het Rijk daarin leidend zijn, hebben individuele veiligheidsregio's de bevoegdheid daarin in enige mate af te wijken. Hierdoor zou zich de omstandigheid kunnen voordoen dat er regionale verschillen optreden; dit lijkt op dit punt evenwel niet voor de hand te liggen. De noodverordening van toepassing in [de betreffende veiligheidsregio](#) blijft niettemin leidend.

Bron: Ministerie van Economische Zaken.

[<8f2e1a85-b950-4e3d-a440-c7d33839fddd.png>](#)

<9694c6d1-23df-46d7-9b83-3bd9e96abbd2.jpg>

Respecteer de 1,5 meter afstandsregel

Hoewel vanaf 1 juni voorzichtig weer begonnen mag worden met klassikaal onderwijs, realiseren wij ons dat vele opleiders les geven aan de contactberoepen. Tot nader order is het nog niet toegestaan om de 1,5 meter regel te negeren. Probeer fysieke contactlessen dus te verplaatsen tot na 1 juli. Een uitzondering op deze regel is wanneer bijvoorbeeld twee mensen onderdeel maken van hetzelfde huishouden. Gezinsleden hoeven dus geen 1,5 meter afstand te houden. Ga dus na of je hier op in kan spelen binnen de geldende regels, zoals bijvoorbeeld een massagecursus waar partners op elkaar oefenen.

Vermijd onnodige drukte

In deze tijd wordt een beroep op iedereen gedaan om vooral de drukte op straat en in het openbaar vervoer tot een minimum te beperken.

Volg de richtlijnen van het RIVM op

Vanwege de diversiteit van het scholingsaanbod dat door KTNO geaccrediteerd is, is het vooralsnog op dit moment niet mogelijk om al een eenduidig protocol uit te vaardigen. Wij werken momenteel nog hard hieraan zodat wij deze richtlijnen en aanbevelingen met u kunnen delen.

Heeft u vragen over wat er precies van u verwacht wordt qua organisatie in lijn met het RIVM beleid? Bezoek dan de [Q&A van RIVM](#) of neem gerust telefonisch contact met hen op voor een gericht advies.

<aca4bdee-0567-4aa6-b286-4a6923417469.jpg>

- Deze tijd bij uitstek geschikt is om nieuwe scholingen te ontwikkelen en ter accreditatie in te dienen?
- U nu al voor iedere registratie het studieplan online kunt invullen? In de toekomst wordt dit verplicht, dus benut eventueel de extra tijd die u nu heeft.
- U uw scholingen nog steeds kunt markeren als 'tijdelijke thuisstudie'? Stuur daarvoor een e-mail naar info@ktno.nl

- Wij via onze [opleiders website](#) live updates verzorgen met betrekking tot ontwikkelingen rondom het Corona beleid?

[<outline-light-facebook-48.png>](#)

[<outline-light-twitter-48.png>](#)

[<outline-light-link-48.png>](#)

[<outline-light-forwardtofriend-48.png>](#)

Copyright © 2020 KTNO, All rights reserved.

U ontvangt deze e-mail omdat u klant bent of een actief account heeft bij Stichting KTNO.

Our mailing address is:

KTNO
Torenallee 45
eindhoven, NB 5617 BA
Netherlands

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

Op 19 mei 2020, om 10:12 heeft Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl> het volgende geschreven:

Goedemorgen Chantal,

Volgens de regels vanuit de overheid was ik in de veronderstelling dat iedereen apart een aanvraag moest doen. Dit heb ik de mensen van team Bala dan ook geadviseerd en dat is de reden dat Anneroos (en wellicht nog meer docenten?) ook een aanvraag voor zichzelf heeft ingediend. Zij is nu nog werkzaam bij Bala en vanaf 1 juni werkzaam in haar eigen studio Inner Movements.

In de goedkeuring die jullie haar hebben gestuurd staat heel duidelijk vermeld dat jullie akkoord gaan met haar eigen lessen op maandag en donderdag en niet voor de andere lessen. Voor ons de conclusie dat de andere docenten dus ook nog apart toestemming moeten krijgen voor hun lessen?

Om overzicht te houden heb ik ook een aanvraag ingediend namens alle docenten. Iedereen wil weten waar hij of zij aan toe is in deze bijzondere situatie en ik krijg dagelijks net als jullie veel vragen wat de ontwikkelingen en voorwaarden zijn voor volwassen educatie:

- yogalessen (max. 10 mensen echter na telefonisch contact met RIVM hoor ik dat dit tot 30 personen mag???)
- tai-chi lessen (max. 6 mensen)
- meditatie cursus (max. 6 mensen)
- mindfulness training (beroepsvereniging geeft aan tot 30 personen?)
- cursussen, workshops, opleidingen (max. ?? mensen)
- contactberoepen (acupunctuur, massage) zijn 11 mei weer gestart evenals (online) counseling en therapie

Zoals je in het protocol kunt lezen voldoet Bala aan alle voorwaarden en worden er individueel vanuit het team ook alle uiterste aandacht en voorzorgsmaatregelen genomen om stapje voor stapje weer verantwoord aan het werk te gaan.

Uiteraard hopen we net als in het voortgezet onderwijs 1 juni weer te mogen starten binnen met de cursussen enz. (uitgezonderd de yoga en tai-chi lessen die voorlopig dan nog buiten gegeven worden wat overigens weersafhankelijk is).

Een sluiting van 16 maart tot 1 september gaat voor nare situaties zorgen. Het is nu al elk dubbeltje omdraaien en niet iedereen kan mentaal goed omgaan met deze situatie. Ze willen of kunnen geen huur meer betalen en dit is voor Bala zelf ook een enorme domper met ca. 3.500,- euro aan vaste lasten per maand die vervolgens weer niet voldaan kunnen worden. Een vicieuze cirkel...

Hoop positief nieuws van je te horen, dankjewel!

Warme groet, Crescentia

Op 18 mei 2020, om 16:48 heeft Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl> het volgende geschreven:

Beste Crescentia,

Even voor mijn duidelijkheid. Ik heb donderdag 14 mei ook een aanvraag goedgekeurd om activiteiten te organiseren op het binnenplein van het centrum. Deze kwam van Inner Movements. Ik ga er vanuit dat jullie hier afstemming over hebben gehad. Begrijp ik het goed dat jullie nu de aanvraag doen voor alle gebruikers van het bewustzijnscentrum?

Met vriendelijk groet,

Chantal Heinen

<image001.jpg>

Beleidsondersteuner | Gemeente Huizen | Postbus 5 - 1270 AA Huizen | T (035) 528 1455

| c.heinen@huizen.nl | www.huizen.nl

Aan de inhoud van deze mail en bijlagen kunnen geen rechten worden ontleend. Alleen schriftelijke correspondentie uitgaande en ondertekend door het bevoegde bestuursorgaan bindt de gemeente.

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>

Verzonden: vrijdag 15 mei 2020 15:32

Aan: Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl>

Onderwerp: Re: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten

Goedemiddag Chantal,

Dank voor de snelle reactie, fijn! Uitgaande van dat je bedoeld met 'plan van aanpak' ons protocol die heb ik reeds ingediend samen met de richtlijnen vanuit de yogavereniging (zie link en bijlagen onderaan eerste mail. Ik zal de vragen ook nog eens apart beantwoorden:

1. Zie [protocol](#) Er wordt geen onderscheid gemaakt in leeftijd. We willen per direct buiten starten en z.s.m. binnen. Lessen duren tussen 60 en 90 minuten.
2. De buiten-activiteiten vinden plaats op Trompstraat 1, op het binnenplein van het centrum.
3. We zijn geen vereniging of sportaccommodatie en staan open voor iedereen!
4. Zie protocol. Parkeren kan in overleg met Gemeente en omwoners op de Naarderstraat. Voor het centrum is voldoende plaats om fietsen te stallen.
5. Normaliter hebben we een [vast rooster](#) Op dit moment zal er in overleg met de docenten en deelnemers wekelijks een dag en tijd afgesproken worden (afhankelijk van het weer) zodat er steeds maar 1 les tegelijk gegeven zal worden.
6. Bala coördineert samen met haar team die werkzaam is in verschillende branches.
7. Er is geen AED. Bala is geen vereniging of sportaccommodatie maar een centrum opgezet in het kader van maatschappelijk welzijn waar zelfstandigen werken die verschillende activiteiten aanbieden.
8. Ja, zie protocol.
9. Ja, zie protocol.
10. Ja, zie protocol er wordt alleen gewerkt op afspraak en met maximaal 10 deelnemers (inclusief docent).
11. Bala heeft geen kantine of kleedruimtes.

Met betrekking op de mediatie en mindfulness lessen is in overleg met het RIVM vanuit de beroepsverenigingen gecommuniceerd dat zij per 1 juni weer mogen starten. Deelnemers zitten stil op een stoel of een eigen matje waarbij voldoende ruimte is om onderling 1,5 meter afstand te houden binnen het centrum. Groepen worden gesplitst indien nodig en er zullen per les niet meer dan 9 mensen aanwezig zijn.

Hoor je weer graag, alvast bedankt!

Warme groet,
Crescentia Heuvingh

Op 15 mei 2020, om 15:00 heeft Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl> het volgende geschreven:

Goedemiddag,

Het is mogelijk om buiten activiteiten te organiseren voor volwassenen, dat zou ook kunnen voor yoga, tai-chi, meditatie en mindfulness.

Wanneer u voornemens bent om dit te doen, vraag ik u een plan van aanpak te maken met de vragenlijst in de bijlage.

Deze zal de gemeente beoordelen en bekijken of de activiteiten inderdaad buiten georganiseerd kunnen worden.

Verder is het afwachten wat de minister de komende weken weer open zal stellen. In ieder geval mogen er binnen nu nog geen activiteiten georganiseerd worden.

Met vriendelijk groet,

Chantal Heinen

<image001.jpg>

Beleidsondersteuner | Gemeente Huizen | Postbus 5 - 1270 AA Huizen | T (035) 528 1455

c.heinen@huizen.nl | www.huizen.nl

Aan de inhoud van deze mail en bijlagen kunnen geen rechten worden ontleend. Alleen schriftelijke correspondentie uitgaande en ondertekend door het bevoegde bestuursorgaan bindt de gemeente.

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>

Verzonden: vrijdag 15 mei 2020 13:39

Aan: gemeente, gemhzn <gemeente@huizen.nl>

CC: Heinen, Chantal <c.heinen@huizen.nl>; Mercx, Lizzy <l.mercx@huizen.nl>; cvdbouwhuijsen@gmail.com;

Schoppen, Liesbeth <l.schoppen@huizen.nl>; secretaris@sportplatformhuizen.nl

Onderwerp: Fwd: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten

Goedemiddag,

Na wat omwegen heb ik jullie mailadressen gekregen om de mogelijkheden van het her-starten van de yoga, tai-chi, meditatie en mindfulness lessen te bespreken zowel binnen als buiten op het plein van het centrum. Voor meer info refereer ik graag aan mijn mail onderaan, ons protocol en de bijlagen.

Ik hoor graag van jullie waarvoor alvast mijn vriendelijk dank!

Warme groet,
Crescentia Heuvingh

Trompstraat 1 - 1271 SX Huizen - (06) 151 44 666

www.bewustzijnscentrum-bala.nl

Begin doorgestuurd bericht:

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>
Onderwerp: Doorst: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten
Datum: 11 mei 2020 om 15:00:11 CEST
Aan: zelfstandigenloket@hilversum.nl

Goedemiddag,

Vriendelijk verzoek onderstaande mailwisseling te lezen en ons de mogelijkheden te laten weten. Alvast hartelijk dank!

Warme groet,
Crescentia Heuvingh

Trompstraat 1 - 1271 SX Huizen - (06) 151 44 666

www.bewustzijnscentrum-bala.nl

Begin doorgestuurd bericht:

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>
Onderwerp: Antw: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten
Datum: 11 mei 2020 om 14:57:46 CEST
Aan: "Dijk, Mieke van" <wjm.vandijk@huizen.nl>
Kopie: "Hogenbirk - de Jong, Amy" <a.hogenbirk@huizen.nl>

Dankjewel voor je reactie Mieke het is niet anders, ik ga contact opnemen met Hilversum!

Blijf sterk, blijf gezond en bewaar je innerlijk evenwicht! Warme groet, Crescentia

Op 11 mei 2020, om 14:39 heeft Dijk, Mieke van <wjm.vandijk@huizen.nl> het volgende geschreven:

Dag Crescentia,

Vanuit sportbeleid kunnen wij niet iets voor jou/Bala betekenen. Wij volgen immers de richtlijnen van de rijksoverheid en dat is dat buitensporten mag onder bepaalde voorwaarden.
Je bent bij mij ook niet aan het juiste adres, mijn werk is maatschappelijk vastgoed ontwikkelen of verhuren.

Ik verwijs je naar de site van de gemeente https://www.huizen.nl/inwoner/coronanieuws_43578 .
Hier staat ook informatie voor ondernemers of mensen in geldnood op.
Ook kan je (nog eens) contact opnemen met het zelfstandige loket in Hilversum zelfstandigenloket@hilversum.nl. Deze behartigt ook de zaken voor de gemeente Huizen inzake de Huizerse zelfstandigen (zzp-ers).

Blijf gezond en sterkte!

Met vriendelijke groet,

W.J.M. (Mieke) van Dijk

<image001.jpg>

Beleidsadviseur maatschappelijk vastgoed | Gemeente Huizen | Postbus 5 - 1270 AA Huizen | T (035) 528 1444
| wjm.vandijk@huizen.nl | www.huizen.nl

Aanwezig: maandag, dinsdag en donderdag

Van: Bewustzijnscentrum Bala <info@bewustzijnscentrum-bala.nl>

Verzonden: vrijdag 8 mei 2020 12:06

Aan: Dijk, Mieke van <wjm.vandijk@huizen.nl>

Onderwerp: Her-opening centrum voor yoga en tai-chi docenten

Goedemiddag Mieke,

Als eigenaresse van Bewustzijnscentrum Bala waar naast coaching, massage, therapie, cursussen en opleidingen o.a. meerdere yogadocenten werken, volgen we de ontwikkelingen rondom Covid-19 op de voet. De persconferentie op 6 mei jl. waarin kenbaar werd gemaakt dat sportorganisaties pas 1 september hun deuren weer mogen openen, heeft ons bijzonder teleurgesteld en tegelijkertijd zijn we super blij dat veel collega's komende week weer mogen starten met hun werkzaamheden in het centrum!

Jammer genoeg hanteert de KvK meerdere SBI codes en omschrijvingen voor yogastudio's en worden deze onder meerdere branches geschaard. Waar we bij de vergoedingen 8 weken terug niet onder sportscholen ingedeeld werden, worden wij dat nu wel. Hierdoor mogen ook wij nog niet starten en onze collega's binnen het centrum wel.

Wat ons ten zeerste verbaasd is dat collega's met contactberoepen gewoon weer aan het werk mogen, zelfs degenen die bijscholingen verzorgen voor groepen mogen groepsgewijs lesgeven. Je mag met 30 mensen in een restaurant of bioscoop zitten (zonder mondkapje), vanaf juli zelfs met 100 wat voor grote verwarring zorgt onder de yoga, meditatie en mindfulness docenten die ook aan de 1,5 meter protocol en nodige maatregelen tegemoet kunnen en willen komen en heel graag weer aan het werk willen gaan!

Studio's blijven echter gesloten, de inkomsten zijn ernstig beïnvloed en omdat er geen duidelijk begrip is van hoe lang we gesloten zullen zijn, zijn veel collega's gedwongen om een aantal ongelooflijk pijnlijke beslissingen te nemen. Ook voor mij als verantwoordelijke voor het centrum is deze tijd een grote uitdaging. Bala heeft maandelijks rond 3.500,- aan vaste lasten die nu niet voldaan kunnen worden...

We mogen buiten les geven aan 9 mensen. Waar aan voorbij wordt gegaan is dat de meeste lessen 's avonds worden gegeven en dit weersafhankelijk is zodat je niet zeker weet of een les door kan gaan, buiten het feit dat niet alle deelnemers buiten hun les willen ontvangen wegens bijvoorbeeld hooikoorts, eikenprocessierups of teken...

Privé les mag wel binnen inclusief manueel corrigeren??

De meeste docenten in ons centrum werken met groepen rond 10 deelnemers. Deze lessen zijn op vaste tijden en iedereen is van tevoren aangemeld. Wij begrijpen uit de persconferentie dat we binnen geen lessen mogen geven doordat er aerosolen via de adem verspreid worden, maar is dit niet in elke situatie zo?

De suggestie dat een sportschool meer risicovol is dan een café, of een drukbezette trein is niet alleen onjuist, maar ook onverstandig. Een goede weerstand is het enige schild tegen een virus. Al vanaf het begin van de huidige maatregelen werd ook steeds het advies meegegeven om te blijven sporten en bewegen. Dat mensen nu nog maanden minder veel mogen sporten en bewegen gaat een enorme druk op de zorg zetten. Dat is fysiek, mentaal én sociaal niet gezond voor de samenleving!

Bij yoga, meditatie en mindfulness lessen, zit iedereen op een eigen matje op veilige en verantwoorde afstand. Revalidatiecentra mogen wél eerder open, waar ook binnen gesport wordt en dus gezweet. Wij kunnen een prima les op gepaste afstand geven ZONDER te zweten...

Lichaamsbeweging stimuleert je immuunsysteem, verbetert de conditie van hart en longen, verbetert je humeur en vermindert gevoelens van angst en stress. Onze doelstelling is het her-openstellen van het centrum inclusief de yoga en tai-chi lessen. En daarmee een bijdrage leveren aan de mentale en fysieke gezondheid van de bevolking in deze bijzondere tijd!

Graag horen wij de mogelijkheden om op kort termijn net als onze collega's ook ons beroep weer uit te mogen oefenen, waarvoor vriendelijk dank! Lees [hier](#) ons protocol en in de bijlagen het persbericht en protocol van Yogavereniging Nederland.

Namens alle yoga en tai-chi docenten een warme groet,
Crescentia Heuvingh

Warme groet,

Crescentia Heuvingh

Trompstraat 1 - 1271 SX Huizen - (06) 151 44 666

www.bewustzijnscentrum-bala.nl