

[View this email in your browser](#)



## Nieuwsbrief Studio Sacha

Lieve yoga en pilates fans,

Enorm opgetogen en blij zijn wij met het zeer goede nieuws dat de deuren van onze yogastudio weer open mogen!

De persconferentie van gisteren 18 november geeft het eenduidige advies voor Yogastudio's, vanaf donderdag 19 november:

"Groepslessen zijn toegestaan met inachtneming van de 1,5 meter, tot een maximum van 30 personen indien de ruimte dat toelaat."

Kortom, jullie zijn van harte welkom in onze studio voor al onze yoga en pilates lessen. Wij kijken uit naar jullie komst !

Wij blijven ons inzetten voor een veilige omgeving in de studio. Daarom volgen wij het protocol van de Vereniging van Yogascholen Nederland . Hieronder een geheugensteuntje ter voorbereiding op jouw komst naar de studio: We hopen op voortzetting van jullie medewerking, om ook de donkere dagen met een gerust hart tegemoet te kunnen treden.

- ♥ Begroet bevriende yogi's met namasté 🙏 in plaats van handenschudden of elleboog boks.
- ♥ Wees op tijd maar niet te vroeg. Tussen de 5 à 10 minuten voor de les als richtlijn.
- ♥ Was je handen voor en na jouw komst of gebruik de handgel (op meerdere plekken in de studio)
- ♥ De grijze (buiten) matten op de vloer geven aan waar je jouw (eigen) yoga matje kunt leggen. Zo zorgen we dat er altijd genoeg afstand is.
- ♥ De studio is, waar mogelijk, ingericht op 1.5 meter afstand. Wij vragen je om die afstand te bewaren van zowel je medeyogi's als leden van ons team.
- ♥ LET OP: voor de ventilatie blijven de ramen open tijdens de lessen! Neem daarom je eigen dekentje en warme kleding mee (in laagjes ) zeker voor yin ontspanningsyogalessen. Misschien een vest, shawl of dikke sokken.
- ♥ Neem een (extra) handdoek of kussensloop mee, als je gebruik wilt maken van een kussen op props.
- ♥ De juf geeft alleen verbale aanwijzingen en dus geen fysieke correcties / aanrakingen.
- ♥ Tot nader orde, het bekende kopje thee na de yogales en koffie☕ na pilates voorlopig even niet 😊
- ♥ Maak je geleende spullen van de studio mindful schoon na de les en geef elkaar de ruimte bij het verlaten van de studio.
- ♥ Ben je ziek of ervaar je klachten, blijf dan thuis ! En volg jouw les naar keuze online ( vanaf heden volop nieuwe opnames)

Met bovenstaande aangescherpte 'regels' kan iedereen veilig onze studio blijven bezoeken.

Daar gaan we voor 👍

Deze tijd is een uitnodiging om flexibel om te gaan met de aangepaste situatie en te zorgen voor elkaar. Dat is nodig, willen we de weg vrij houden om door te kunnen gaan.....

Voorlopig 'mag' het van de overheid.

Warme Herfstgroet en namasté 🙏

Sacha, Maartje, Wendy, Henriette, Jolanda, Ezgi, Marianne, Britta, Jacqueline, Angélique, Natasja, Marijn, Guusta & Desiree.

Copyright © 2020 YogaStudio Sacha, All rights reserved.

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

