

tikva

Tikva is een vorm van training die op een christelijk fundament rust

"Hij laat me neerliggen in groene weiden. Hij leidt me naar stille wateren. Hij herstelt mijn ziel." Psalmen 23



Tikva is voor wie een evenwichtig leven wil leiden voor geest, ziel en lichaam. Eenvoudige fysieke oefeningen voor meer mobiliteit en flexibiliteit worden afgewisseld met Bijbelse woorden op ontspannende muziek die speciaal voor Tikva is geschreven. De combinatie helpt je te vertragen, negatieve gedachten te veranderen en geeft hoop aan je hele wezen.



Je doet mee naar eigen vermogen, dat betekent dat iedereen kan deelnemen ongeacht eerdere ervaring.

Tikva betekent
HOOP

www.tikva.cc



tikva

Tikva is een vorm van training die op een christelijk fundament rust

"Hij laat me neerliggen in groene weiden. Hij leidt me naar stille wateren. Hij herstelt mijn ziel." Psalmen 23



Tikva is voor wie een evenwichtig leven wil leiden voor geest, ziel en lichaam. Eenvoudige fysieke oefeningen voor meer mobiliteit en flexibiliteit worden afgewisseld met Bijbelse woorden op ontspannende muziek die speciaal voor Tikva is geschreven. De combinatie helpt je te vertragen, negatieve gedachten te veranderen en geeft hoop aan je hele wezen.



www.tikva.cc

Je doet mee naar eigen vermogen, dat betekent dat iedereen kan deelnemen ongeacht eerdere ervaring.

Tikva betekent HOOP

Wij bieden Tikva lessen aan!

Waar:

Wanneer:

Informatie:



www.tikva.cc

tikva

Tikva is een vorm van training die op een christelijk fundament rust

"Hij laat me neerliggen in groene weiden. Hij leidt me naar stille wateren. Hij herstelt mijn ziel." Psalmen 23



Tikva is voor wie een evenwichtig leven wil leiden voor geest, ziel en lichaam. Eenvoudige fysieke oefeningen voor meer mobiliteit en flexibiliteit worden afgewisseld met Bijbelse woorden op ontspannende muziek die speciaal voor Tikva is geschreven. De combinatie helpt je te vertragen, negatieve gedachten te veranderen en geeft hoop aan je hele wezen.



Je doet mee naar eigen vermogen, dat betekent dat iedereen kan deelnemen ongeacht eerdere ervaring.

Tikva betekent
HOOP

Wij bieden Tikva lessen aan!

Waar:

Wanneer:

Informatie: