



# **Yogaweek (end/midweek) Frandeux 14(16)-21 augustus 2026**

**Een helende reis door de chakra's  
Met Alberto Paganini en Yoga Soma gastlesgevers**

**Elke dag richten we ons op een van de chakra's, met bijbehorende theorie en praktijk.  
Aandacht voor de stroom en balans in en tussen alle energiecentra.**

**Een boeiende, intense en tegelijk ontspannende week in een leuke, ongedwongen sfeer  
met hartelijk gezelschap in een prachtige locatie.**

**Bio gezonde maaltijden: Tine Tomme en het Avalon team.**

**Open voor iedereen met yoga-ervaring, van beginner tot gevorderde.**

**Ruim aanbod aan verschillende lessen. Voor ieder wat wils: van een yoga-introductie,  
een leuke, ontspannende yogaweek tot een intense yogabeoefening en -verdieping.**

**Ook deel van de Soma Yoga leraren opleiding (module 3).**

**info en inschrijven: [info@yogasoma.be](mailto:info@yogasoma.be) +32 (0)50 36 49 36**

**[www.yogasoma.be](http://www.yogasoma.be)**

**Erkende opleidingen - workshops  
yogadagen - bijscholing - retraites - lessen**