



### Karma Zorg

DE BOOGH UTRECHT LEIDSCHER RIJN OPERETTELAAN 629, SPORHAL DE DREEF  
SCHOONEGGENDREEF 27

✉ [info@karmazorg.nl](mailto:info@karmazorg.nl)

🌐 <http://www.karmazorg.nl>

☎ 0621163743

**SPORTEN** Karma yoga Yoga Taijiquan Taijiwuxigong

**DAGEN** Do.

**UITSLUITEND VOOR** Alleen senioren 55+

**LEEFTIJDEN** Volwassenen Senioren 55+

### Rooster

ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE
<b>Stoelyoga</b>	Do.	10:30 - 11:30	Operettelaan 629
Stoelyoga is een aangepast vorm van hatha yoga voor ouderen en senioren die graag yoga willen doen maar niet meer kunnen deelnemen aan de traditionele vorm waarbij yoga op de mat wordt uitgevoerd.			
<b>Tai chi</b>	Do.	13:00 - 14:00	Operettelaan 629
Tai chi is een eeuwenoude Chinese bewegingsvorm aangeboden bij Karma Zorg. Wij richten ons op ouderen en senioren die graag in beweging willen blijven en daarnaast ook willen ontspannen.			

### Meer informatie

<https://www.sportstad-utrecht.nl/sportaanbieder/karma-zorg/>