

'Zweef'-weken bij LotusZEN in Zwolle-Stadshagen

LotusZEN opent deze week haar studio in hartje Stadshagen. Presentatie van alle nieuwe lessen vindt plaats op 27, 28, 29 augustus tijdens de Open Week. Deelname is nog mogelijk. Vanaf 3 september is er de mogelijkheid om op elk moment in te stappen.

LotusZEN biedt Yoga Basics, Pilates, Tai Chi Qi-Gong, Kum Nye Yoga en Meditatie, maar ook inspannende lessen als LotusDance! (nieuw: Jazzdans, martial arts en healing), Freaki Step (voor oud-Lifestylesporters) en ZumBBBa.

Eigenaresse Cynthia Collet: "Het concept is nieuw. Het verschil tussen LotusZEN en andere fitness- en yogacentra is dat het aanbod is gericht op herstel en vitaliteit van de totale mens. Het gaat om welzijn van lichaam, geest, emoties en ziel. Bewegen vanuit ontspanning, je geest leegmaken, je lijf van binnenuit voelen, energiebanen opladen, terug naar je basis, naar jezelf."

"Naast de toenemende individualisering van de samenleving, richten mensen zich gelukkig steeds meer op innerlijke groei, spiritualiteit en universele liefde. De kunst is om balans te



vinden én te houden in deze gehaaste maatschappij. Ik zie het als ieders verplichting om hierin verantwoordelijkheid te nemen, wel met de zachte hand natuurlijk', benadrukt Cynthia. LotusZEN ondersteunt mensen om de juiste lessen te volgen die op dat moment goed voor ze zijn.

"Door jarenlange ervaring in de danswereld, fitness, logopedie, healing en massage zet ik deze stap in de richting van de nieuwe tijd. Ik denk dat Zwolle er klaar voor is", zegt Cynthia. Op-gave kan online via www.lotuszen.nl. Wees welkom bij LotusZEN studio, praktijk en webshop.