

Mijn naam is Graciela Letz, geboren te Antwerpen in 1960. Frans is mijn moedertaal. Ik ben in 1968 als kind in aanraking gekomen met yoga door mijn vader en Andre van Lysebeth, het was zeer inspirerend. In 1978 heb ik het diploma "Artistieke humaniteit" bij de Kunst Academie te Brussel gehaald.

Sinds 1985 woon ik in Amsterdam. Na verschillende administratieve banen heb ik besloten om yoga lessen te gaan geven. In 1990 ben ik met de yoga opleiding begonnen. Sinds 1993 ben ik werkzaam als Hatha Yoga docente, gediplomeerd van de Stichting Yoga en Vedanta. Het is een erkende Nederlandse en Europees opleiding. Daar heb ik vanaf 2003 t/m 2009 ook studenten opgeleid tot Hatha Yoga docenten.

Mijn werkwijze is op ontspanning en bewustwording van het lichaam gericht. Bewegen en oefenen zijn mijn uitgangspunten. Een korte uitleg van de yoga filosofie, je gedachten leren kennen en accepteren kunnen je helpen om meer rust en welzijn te ervaren.

**Voor inschrijving, prijzen en informatie ben ik telefonisch bereikbaar onder:**

tel. nr.: 020/6911903 of  
mobiel: 06/30296504  
adres: Vleutenstraat 104  
1106 CX Amsterdam ZO  
gironummer: 7011090  
iban: NL05 INGB 0007011090  
e-mail: [gletz@hotmail.com](mailto:gletz@hotmail.com)  
2<sup>e</sup> e-mail: [graciela@yogahoorn.nl](mailto:graciela@yogahoorn.nl)  
website: [www.yogahoorn.nl](http://www.yogahoorn.nl)



## **HATHA YOGA VOOR**

*VOLWASSENEN*

*BEDRIJVEN*

*OUDEREN*

*GEHANDICAPTEN*

*PRIVE LESSEN*