

Welcome 2021



## We wensen je een knuffelbaar, flexibel en liefdevol 2021!

Welkom 2021..

Nog nooit eerder heb ik echt uitgekeken naar een nieuw jaar. Nooit eerder was ik echt blij dat er een jaar voorbij was. En nooit eerder leek 1 januari zo vervuld van kansen en beloftes als dit keer.

Dat we onze deuren nog mogen openen en de yogalessen kunnen continueren hebben we te danken aan jullie! Zonder jullie steun, enthousiasme en toewijding zouden onze deuren misschien al wel gesloten zijn en zou er een Te-Koop-bord in de heerlijke tuin staan..

Nu het nieuwe jaar is aangebroken, we nog steeds overlopen van de ideeën en ook van het enthousiasme, hopen we je te mogen verwennen met vele fijne overnachtingen, kampeermomenten, yogalessen, wandelingen en activiteiten.

Wij hebben er vertrouwen in en dat delen we heel graag met iedereen die dat wil!

Daarom: tot snel!

## TV programma Bed and Breakfast

Als alles volgens plan verloopt, volgen in februari de t.v. opnames voor het bejubelde én verguisde programma "Bed and Breakfast". Iedereen die ons een klein beetje kent weet dat dat ver buiten onze comfort zone is. Maar hé, that's where the magic happens:-) Dussss.... omroep Max, kom maar op met de t.v. ploeg!

We houden je natuurlijk op de hoogte van het vervolg.

## Actie 30 minuten online yoga

In ieder geval tot 19 januari verzorg ik wekelijkse "live" online yogalessen.

- Yin yoga les op dinsdagavond
- Hathayoga op woensdagavond
- BackMitra yogales op donderdag-namiddag

Als je deel wilt nemen aan een "live" online les, stuur me dan een berichtje, je ontvangt dan vlak voor aanvang van de les een linkje. De kosten bedragen €8,- per les.

Voor de online BackMitra lessen zijn geliefd. Hoe fijn om weer even op weg geholpen te worden en geïnspireerd te raken zodat je zelf weer regelmatig je BackMitra te voorschijn tovert.

**Om je te stimuleren én om je te laten kennismaken met online lessen hebben we een leuke actie bedacht.**

**Op donderdagavond 7 januari geef ik twee "live" online BackMitra lessen, van elk 30 minuten. Eén les om 19.30u en één om 20.30u. Voor slechts €2,50 kun je deelnemen.**

Van yogi's die de afgelopen (BackMitra) lessen al volgden kregen we veel positieve reacties terug. Heel fijn om te horen. Met name het kleinschalige, de ruimte om met elkaar te communiceren en de correcties worden als erg fijn benoemd.

Per les kunnen 9 mensen de online les volgen. Met dit aantal blijft de les persoonlijk en is er communicatie mogelijk. Ik kan meekijken en je op die manier ook corrigeren en instructies geven.

**Deze actie geldt voor iedereen, dus ook als je de online lessen reeds volgt, ben je van harte welkom om je aan te melden voor de actie-lessen!**

Van yogi's die de afgelopen weken de online (BackMitra) lessen al volgden, kregen we mooie en positieve reacties terug. Heel fijn om te horen! Met name het kleinschalige, de ruimte om te communiceren en het geven van correcties worden als erg fijn benoemd.

## Koop een BackMitra met 20% korting:

Mocht je (nog) geen BackMitra hebben, of wil je er misschien één cadeau geven, dan geldt er **t/m 19 januari** een leuke actie.

Met de volgende kortingscode kun je een backmitra aanschaffen met 20% korting!

Kortingscode:

BMTHUIS32112

Te bestellen op:

<https://backmitra.nl/winkel/>

Contact opnemen

## Wandel Arrangement

2 nachten - €130 p.p.

- Volledig Coronaproof, ook te boeken tussen 1 en 19 januari 2021-

En zo hebben we het wandel- en fietsarrangement in het leven geroepen.

Want naar buiten gaan, dat mág, kán en biedt alleen maar voordelen. Eindeloos wandelen en jezelf verliezen in de prachtig verlezende omgeving van de boerderij. De Compagnonsbossen, het Fochteloerveen en het Drents Friese Wold, alles op loopafstand van onze fijne plek. Wat houdt het wandelarrangement in?

## Twee nachten – 3 dagen

\* Flesje wijn met versnapering bij aankomst

\* 2x luxe ontbijt (afhaal tot 19 januari)

\* 2x lunch to go

\* 2x bij thuiskomst van de wandeling/ fietstocht keuze uit warme chocolademelk met slagroom, gluhwein of jagerthee

Ik wil meer info

## GOEDE VOORNEMENS

NEE  
WEL VEEL  
STOUTE

Loesje

Postbus 1045  
6801 BA Arnhem  
[www.loesje.nl](http://www.loesje.nl)

## Happy chick!

Afgelopen zomer mochten we dan eindelijk onze felbegeerde kippen en hanen welkom heten op de boerderij! Nu, een aantal maanden verder, zijn de jonge kippetjes en hanen uitgetroffen tot prachtige exemplaren. Wat een feestje, dat gescharrel om de deur. Ze zijn bijzonder vermakelijk om te zien we volgen de gewoontes en het gedrag van de kippetjes op de voet. En kunnen stiekem niet wachten tot ze tafeltjes op het terras rondscharrelen om nog meer gezelligheid toe te voegen.

En...we zijn ongelooflijk trots op ze! Want nog steeds, ook vandaag nog, op 1 januari, leggen ze nog dagelijks een vers eitje. Onvoorstelbaar, midden in de winter, zonder daglichtlamp, gewoon puur natuur. Happy chicks, happy owners;-)



## Contact

BoerderijYoga/ B&B de Witte Raaf  
Compagnonsweg 56  
8427 RK Ravenswoud  
+31 6 15164154  
[marielslotman@gmail.com](mailto:marielslotman@gmail.com)

## Volg ons



BoerderijYoga



BoerderijYoga



B&B de Witte Raaf

Deel deze nieuwsbrief met iedereen die je lief is. Zo delen we goed nieuws, leuke acties en mindful-activiteiten en maken we de wereld samen een klein beetje gezelliger.

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [marielslotman@gmail.com](mailto:marielslotman@gmail.com) toe aan uw adresboek.

