

't Zwaantje

Maandblad voor Landelijk Noord



www.centraledorpenraad.nl

september 2013

nummer 8

jaargang 38



Nieuws van de Centrale Dorpenraad Landelijk Noord

Na een lange zomerstop is dit weer het eerste 't Zwaantje na de zomervakantie.

Er is weer volop informatie en activiteiten te melden !

In juni is ook nog de nieuwe *Wijkgids 2013-2014* van Landelijk Noord verspreid, mocht u deze niet hebben ontvangen dan kunt u deze alsnog afhalen/opvragen bij het kantoor.

Agenda Centrale Dorpenraad

12 september	Vergadering Werkgroep CLN
17 september	Vergadering Dagelijks Bestuur
27 september	Werkbezoek raadsleden Centrale Stad
4 oktober	Uiterste datum inleveren kopij 't Zwaantje

De vergaderingen van het Dagelijks Bestuur en de Werkgroepen zijn op het kantoor van de CDR en beginnen doorgaans om 20.00 uur.

Bestemmingsplan Landelijk Noord

Het nieuwe bestemmingsplan is op 26 juni j.l. door het dagelijks bestuur van de deelraad vastgesteld. U kunt de stukken van 28 augustus t/m 9 oktober 2013 inzien bij de balie Vergunningen van het Stadsdeel. Dit is tevens de periode dat er beroep aangetekend kan worden bij de Afdeling bestuursrechtspraak van de Raad van State.

Werkbezoek raadsleden en burgemeester

De CDR is bezig om op vrijdag 27 september een werkbezoek te organiseren voor de raadsleden van de centrale stad. Met het vooruitzicht dat de stadsdelen gaan verdwijnen wil de CDR zichzelf graag presenteren aan de raad. Onderwerpen die belangrijk zijn voor het gebied en zijn bewoners willen we dan extra onder de aandacht brengen, zoals de wegen en het zware verkeer, agrariërs en de sociale voorzieningen.

Een week eerder zal burgemeester van der Laan ook een bezoek brengen aan Landelijk Noord, dit in het kader van een werkbezoek aan het stadsdeel Noord.

Jachthaven Schellingwoude - vergunning Natuurbeschermingswet

Op 8 augustus 2013 hebben Gedeputeerde Staten van Noord-Holland op grond van de Natuurbeschermingswet 1998 een vergunning verleend aan Stichting LINK, een lokale initiatiefgroep, voor de aanleg een jachthaven met 206 ligplaatsen voor pleziervaart in de hoek van de Schellingwouderdijk en de A10, tussen de Zeeburgertunnel en de Zuiderzeeweg (Schellingwouderbrug). De jachthaven voorziet tevens in de huisvesting van de Amsterdamse Zeilschool uit Durgerdam en scouting Amsterdam-Noord.

De aanvraag, de vergunning en de bijbehorende stukken liggen vanaf **8 augustus 2013 tot en met 18 september 2013 ter inzage** bij de sector Vergunningen van de provincie Noord-Holland, Houtplein 33 te Haarlem, uitsluitend na een telefonisch gemaakte afspraak (tel.: 0800-9986734).

Deze vergunning op grond van de Natuurbeschermingswet is één van de voorwaarden om de jachthaven te kunnen realiseren. Er moet daarnaast een **bouw-/omgevingsvergunning** worden afgegeven door de gemeente Amsterdam. Deze procedure zal naar alle waarschijnlijkheid op korte termijn worden aangevangen/hervat. In deze procedure komen ruimtelijke ordenings- en omgevingsaspecten aan bod en zal er onder meer getoetst worden aan het bestemmingsplan Schellingwoude, waarin de jachthaven niet is opgenomen. Dat betekent dat voor de omgevingsvergunning een uitgebreidere procedure gevolgd zal moeten worden die afwijking van het bestemmingsplan omvat.

Tegen de vergunning op grond van de Natuurbeschermingswet kunnen belanghebbenden **tot en met 18 september 2013 een bezwaarschrift indienen** bij het college van Gedeputeerde Staten van Noord-Holland, t.a.v. de secretaris van de Hoor- en adviescommissie, Postbus 123, 2000 MD Haarlem. Degene die op deze wijze bezwaarschrift heeft ingebracht kan later tegen het besluit beroep instellen. Omdat het een vergunning op grond van de Natuurbeschermingswet betreft, zal een eventueel bezwaar gericht moeten zijn op mogelijke aantasting door de plannen van het (beschermd) natuurgebied.

Voor verdere informatie over de vergunning op grond van de Natuurbeschermingswet kunt u contact opnemen met de heer M. Hartman van de provincie Noord-Holland, tel.: 023-514 3189.

De dorpsraad Schellingwoude heeft contact met de initiatiefnemers en volgt de ontwikkelingen, samen met de Centrale Dorpenraad en de dorpsraad van Durgerdam, kritisch. Daarbij wordt in het bijzonder gelet op de afwikkeling van het verkeer en de parkeervoorzieningen. U wordt nader geïnformeerd zodra zich nieuwe ontwikkelingen voordoen. De dorpsraad Schellingwoude zal ook een **voorlichtingsavond** organiseren over dit onderwerp tegen de tijd dat de omgevingsvergunningsprocedure (en de mogelijkheid om zo nodig bezwaar te maken) actueel wordt.

Paul Leijgraaff †

Op 3 augustus j.l. is Paul Leijgraaff overleden.

Hoewel het er op leek dat hij zijn ziekte had overwonnen mocht dit helaas niet zo zijn, hij is slechts 54 jaar geworden.

Paul was een betrokken lid en een waardevolle aanvulling van de Dorpsraad van Holysloot.

Wij wensen Irene en de kinderen veel sterkte met dit grote verlies.

De Dorpsraad van Holysloot zal hem missen !

Dorpsraad Holysloot

Werkzaamheden Nieuwe Gouw

In het vorige 't Zwaantje berichtte wij u al over de werkzaamheden aan de Zwarte en Nieuwe Gouw. De eerste fase van dit project is inmiddels afgerond, de ecobruggen bij de Zwarte Gouw zijn opgeleverd en in gebruik. De werkzaamheden gaan nu verder op de Nieuwe Gouw waar een nieuwe brug wordt aangelegd. Hierdoor is het verkeer op de Nieuwe Gouw gestremd, alleen voor bouw- en agrarisch verkeer en de nood- en hulpdiensten is er een tijdelijke noodweg over het fietspad aangelegd.

Behalve de bouw van de nieuwe brug wordt in dezelfde periode de Nieuwe Gouw tussen Ransdorp en de Poppendamergouw geasfalteerd, dit gebeurt in 3 fasen, te beginnen aan de zijde van Ransdorp. Ook het fietspad wordt daarin meegenomen. Dit houdt in dat de Nieuwe Gouw vanaf ongeveer week 39 voor autoverkeer en langzaam verkeer (voetgangers, bromfietzers, fietsers enz) geheel is afgesloten !

Langzaam verkeer wordt omgeleid via de Zwarte Gouw en autoverkeer via de IJdoornlaan. Het zware verkeer voor Ransdorp / Holysloot wordt omgeleid via Monnickendam, de dijk en de Blijkmeer.

Meer informatie vindt u op de website van het Stadsdeel of van de Centrale Dorpenraad.

Facelift voor het kerkplein van Schellingwoude.

Het eeuwenoude pleintje voor de Schellingwouderkerk is opnieuw bestraat. Ook het pad naar het kerkhof geplaveid met oude gele klinkertjes want deze was verzakt en is nu 40 cm omhoog gehaald.

De Schellingwouderkerk, een rijksmonument ligt op een verhoogde terp en steekt ongeveer 1 meter boven het maaiveld uit, het is een historische plek.

Het kerkje is gebouwd in 1866 en de 3e kerk die op deze plaats is gebouwd.

In de middeleeuwen ging men hier al ter kerke. In 2000 is het kerkje door Stadsherstel Amsterdam gerestaureerd. Momenteel is het kerkje veel in gebruik als trouwlocatie .Er komen ook veel gasten uit het buitenland om hier een huwelijk bij te wonen.

Recent zijn in en om de Schellingwouderkerk t.v.opnames gemaakt voor Goede tijden slechte tijden en de Bollywoodfilm Queen.

Door de renovatie van het plein is de locatie weer geschikt voor ontvangst van vele bruidsparen.

De Waterlandse melkschuit vaart weer

Op 6 september wordt de Waterlandse melkschuit gedoopt. Dan wordt ook de naam onthuld. Met deze replica heeft Waterland een deel van zijn geschiedenis terug gekregen. Honderden jaren lang vertrokken dagelijks meerdere melkschuiten uit Ransdorp en Zunderdorp naar Amsterdam. Ook Oostzaan, Landsmeer, Watergang en Broek in Waterland hadden eigen melkschuiten. De melkveehouderij in het zuidelijke deel van Waterland was helemaal gericht op de verkoop van consumptie melk en karnemelk in de stad. Waterlandse mannen en vrouwen roeiden en zeilden naar de overkant van het IJ. In Amsterdam werd de melk huis aan huis verkocht.

Bij de doop verschijnt er ook een nieuwe druk van het boek over de geschiedenis van dit bijzondere melktransport: *De Waterlandse melkschuit, varende boeren tussen Waterland en Amsterdam 1600-1900*, door Anton Wegman.

Het boek is te bestellen via de website van Stichting de Waterlandse Melkschuit: www.waterlandsemelkschuit.nl

Van zaterdag 7 september tot en met maandag 30 september ligt de replica afgemeerd aan de steiger bij Het Scheepvaartmuseum. Daar is hij door iedereen te bewonderen. Op zondagmiddagen 15 september en 22 september zal Anton (Ton) Wegman daar tussen 13.30 en 16.00 uur uitleg geven over de achtergrond van de Waterlandse melkschut.

Er zijn nog scheepsparten te koop om het project te steunen, want geld voor de zeilen ontbreekt helaas nog, evenals voor een hulpmotor. Miniparten van € 50,- geven recht op een dagdeel meevaren met de melkschuit. Kopers van grote parten van € 500,- en € 1000,- mogen met een gezelschap van acht personen meevaren en krijgen bovendien een exemplaar van het boek. Kijk voor meer informatie op de site van de stichting.

Informatieavond Elders Rust

De bouwplannen voor 'Elders Rust' zijn klaar. Graag informeer ik u over deze plannen, en u bent dan ook van harte welkom bij de presentatie op woensdag 18 september om 19.30 uur in dorps huis 'De Beke' in Ransdorp. Ik zie u graag tegemoet.

Met vriendelijke groet,
Gerard van Arum

Lespakket 'Als wij vergeten is alles vergeefs geweest'

Op dinsdag 18 juni is het lespakket voor de tweede keer uitgevoerd. De leerlingen van groep 8 van 'De Weidevogel' werden in groepen verdeeld en iedere groep bracht een bezoek aan een van de dorpen onder leiding van een gids. Daar werd verteld over de gebeurtenissen die er in dat dorp hebben plaatsgevonden tijdens de Tweede Wereldoorlog. De volgende dag kreeg de klas bezoek van oud-verzetsman Thijs Porsius, hij heeft verteld over zijn ervaringen tijdens de Tweede Wereldoorlog in Landelijk Noord. De kinderen luisterden zeer aandachtig en hadden veel vragen voor hem die hij zo goed mogelijk beantwoordde. Tot slot kregen alle kinderen het lesboek mee naar huis. Het lespakket wordt jaarlijks aangeboden en gecoördineerd door de CDR. Graag wil ik de vrijwilligers hartelijk bedanken voor hun hulp als gids !

MV

Vakantie

Voor vakanties zijn we met het stijgen onzer jaren, vooral lichamelijke rust gaan zoeken, liefst gecombineerd met geestelijke verrijking. Dit bereiken we door dicht bij huis te blijven en vooral bus- en helemaal vliegreizen te vermijden. We menen wat we zochten te hebben gevonden in het Woodbrookers centrum te Barchem bij Lochem, langs de A1.

Wat is dit voor een centrum? Woodbrooke is de naam van een landgoed bij Birmingham van een quaker, waarop hij een bezinningscentrum stichtte. Dit werd door een groep vrijzinnig protestantse Leidse theologiestudenten een eeuw geleden ontdekt, die daar een zo goede open sfeer aantroffen voor alle gezinten, dat zij de Woodbrooke-benadering ook in ons land introduceerden. Met zoveel succes dat hen een landgoedje geschonken werd bij Barchem. Hierop ontstond het Woodbrookershuis, met op loopafstand de 'boskapel op de berg'.

De bezinning van de Barchem Woodbrookers groep was voor de oorlog vooral gericht op het slechten van de muren die de hollandse zuilensamenleving versnipperde. Na de oorlog werd het vooral een vormingscentrum, dat met onze samenleving mee evolueerde tot een conferentiecentrum. Het Woodbrookershuis werd onlangs grondig gemoderniseerd en kreeg naast haar bibliotheek een moderne conferentiezaal. Ook een hotelvleugel met moderne luxe naast de eenvoudige slaaphuisjes in de bossen om het geheel. Het knappe is dat naast de ruime moderniteit, iets van een genoegelijk engelse landhuis-sfeer bewaard is gebleven, een heerlijk oord voor geestelijke verrijking.

Ga er maar eens langs, drink er een kopje koffie en beleef de sfeer van vriendschap en rust. Wandel rond het weitje en ontdek de slaaphuisjes verstopt in het bos. Tel. 0573-441 734.

Wij volgden de zogenaamde zomeracademie van 5 dagen onder leiding van de filosofe Corrie Haverkort. Gericht op kennis voor het maken van de juiste keuzes in het leven. Veel deelnemers waren dan ook rond hun pensioengerechtigde leeftijd, die voor de keuze staan: *wat nu?* Behandeld werd wat filosofen ons te vertellen hebben tot steun voor het maken van een goede keuze. Dat zijn, uitgaande van klassieken als Aristoteles en Confucius, ook hedendaagse denkers als Michael Sanders en ex non, Karen Armstrong, een begaafde schrijfster en wereldverbeteraar die bijna jaarlijks een boek produceert. De belangrijkste geleerde conclusie is: Leef je in, in de wereld van de ander, vóór het beslissen.

Ernst september 2013

Excursie Volgermeer

Op vrijdag 6 september om 19.30 uur vindt een excursie plaats op de Volgermeer. We gaan met Piet-Jan Westendorp, ecooloog van Adviescombinatie Volgermeer, kijken hoe de natuur zich daar ontwikkelt. We nodigen allereerst iedereen uit die heeft meegewerkt als vrijwilliger op de Volgermeer. Ook anderen die de Volgermeer een warm hart toedragen zijn van harte welkom. Verzamelen vanaf 19.15 uur op Broekergouw 22. Neem laarzen mee en een verrekijker. Aanmelden graag door een mail te sturen naar info@volgermeer.nl

Neptunus feest

Zondag 8 september 2013 in Durgerdam

Weliswaar wat laat, maar Neptunus is Durgerdam niet vergeten. We beginnen dit jaar om 11.30 uur met een brunch bij de Muziektent. Om 13.00 uur gaan we het riet in voor het piratenspel voor jong en oud. En voordat we dan met het waterfestijn gaan beginnen, kunnen we hopelijk weer genieten van een ruime opbrengst van de taartencompetitie.

Met koffie, thee en limonade natuurlijk!

Wat valt er daarna allemaal te doen:

Schilderen bij het bushokje

Spelletjes voor de allerkleinsten bij de muziektent

De bekende zeephelling

Mastworstelen

Een heuse luchtbeddenstrijd

En misschien een optimistenrace!!

Deelname aan de Neptunusdag is op eigen risico. Ouders dienen op hun eigen kinderen te letten in en bij het water !!

De brunch regelen wij. Het gezamenlijk eten 's avonds is voor ieders eigen rekening. Komt allen en meld je voor het ontbijt aan bij Lieke van Nood, liekevannood@xs4all.nl of DDD 95/96. De kosten zijn € 7,50 p.p., kinderen tot 12 jaar uitgezonderd. Vermeld je naam en hoeveel personen mee willen ontbijten.

We hopen jullie allemaal te zien op zondag 8 september om 11.30 uur in Durgerdam!! Lieke (DDD 96), Marc (DDD 148), Paul (DDD 198) en Stijntje (DDD 94) - de Neptunus 2013 organisatie

En voor wie geïnteresseerd is: Lieke, Marc en Stijntje maken van deze Neptunusdag hun afscheidsfeest waar het de organisatie betreft.

Vrijwilligerswerk? Natuurlijk!

Natuurwerkgroep 'Kinselmeerzicht' organiseert in samenwerking met StaatsBosBeheer een natuurwerkdag op zondag 8 september.

Programma

Vanaf 09.00 uur verzamelen in de kantine van:

Vereniging Kinselmeerzicht, Uitdammerdijk 18 Amsterdam.

De koffie en thee staat klaar!

9.30 uur vertrek naar de werkplek

daar zullen we tot ca. 14.00 werken.

ca. 14.00 uur Afsluiting

in de kantine van Kinselmeerzicht met soep met brood!

Kleding

De plekken waar we werken zijn vaak drassig, denk dus aan waterdichte laarzen!

En vergeet ook de warme kleding niet!

Informatie en/of aanmelden?:

Arja Broere, arja.b@planet.nl of 06-16438004

Vrouwen van Nu

Op donderdag 12 september 2013 om 20.00uur in het Wijkgebouw te Schellingwoude is er een lezing over het maken van molens door dhr. N. Maas.

Ook niet leden zijn welkom op deze avond, zij betalen € 5.00 toegang.

Wist u dat ?

Vrouwen van Nu diverse interesse groepen heeft zoals een cultuur-, fiets-, nordic-walking-, reis- en tuinclub !

Tweedehands Kledingbeurs

Op zaterdag 21 september wordt er in het dorps huis van Holysloot weer een tweedehands kledingbeurs georganiseerd. Van 10.00 tot 13.00 uur kunt u langskomen om een keuze te maken uit ons ruime assortiment kleding, er is voldoende keuze voor jong én oud en tegen aantrekkelijke prijzen !

Met uw aankopen steunt u Peuterspeelzaal 'De Vrijbuitertjes', Basisschool 'De Weidevogel' en het Dorps huis Holysloot.

Bruikbare dames-, heren- of kinderkleding kunt u inleveren bij:

Holysloot Dorps huis Holysloot, onder het afdak (Linda)

Ransdorp De Weidevogel (Coby)

Durgerdam Didi Bos, Durgerdammerdijk 68

Zunderdorp Marianne Vrolijk, Achtergouwtje 5b

Voor meer informatie kunt u bellen met Linda (4904895)

Wij zien u graag in het Dorps huis van Holysloot.

De koffie staat klaar !!

Galerie De Opsteker

Tot en met 22 september a.s. organiseert Galerie De Opsteker de laatste expositie 'Translate' dit seizoen in de Dorpskerk Durgerdam. Twee Limburgse kunstenaars nemen deel: Esther Lunter met keramiek en Ellie Munten met abstracte schilderijen. De Amsterdamse Marijke Hoenderdos, tevens galeriehoudster in West, laat figuratief en kleurrijk werk zien met diverse thema's.

De Dorpskerk aan de Durgerdammerdijk 76 is geopend zaterdag en zondag van 13.30 tot 17.30 uur, informatie www.opsteker.nl en telefoon 020-6386904.

Het Koor van Schellingwoude

Het koor gaat weer van start voor het nieuwe seizoen 2013/2014.

Wij hebben er geweldig veel zin in en repeteren maandag van 20.30 tot 22.15 uur in het Wijkgebouw naast de kerk. We hebben nog plaats voor enkele nieuwe leden.

Onze muziek komt uit alle delen van de wereld. Hou je van zingen ?

Schuif dan aan en zing met ons mee, je bent van harte welkom.

Aanmelden kan Mary Takken 4904477 of Yvonne de Boorder 7734971.

55+Soos in het Dorpshuis 'De Beke' te Ransdorp

Vanaf het ontstaan van het Dorpshuis 'De Beke' is er een Soos 55+ geweest. Vanaf oktober t/m april wordt er één maal per maand een gezellige middag georganiseerd voor de oudere bewoners die in Landelijk Noord wonen of er hebben gewoond. Bingo, stampotmaaltijd en het Kerstdiner zijn vaste activiteiten die op het programma staan. Ook Sinterklaas en de Nieuwjaarsreceptie mogen niet ontbreken. Een kleine subsidie van het Stadsdeel Noord stelt ons in staat om enige personen van elders uit te nodigen die ons kunnen laten zingen, lachen of huilen al naar gelang de professionele gaven van de artiest. In overleg met OBS De Weidevogel streven wij er naar de activiteiten, behalve het Kerstdiner, op de eerste dinsdagmiddag van de maand te laten plaats vinden. Door personele problemen vindt, in afwijking van het bovenstaande, onze eerste (bingo) bijeenkomst van het seizoen 2013/2014 nu plaats op 8 oktober a.s. Wij hopen oude bekenden terug te zien en nieuwe belangstellenden te verwelkomen. Niet alleen uit Ransdorp maar ook uit de andere dorpen van Landelijk Noord zijn de niet meer zo jonge medebewoners van harte welkom.

Mocht u geïnteresseerd zijn en informatie willen?

Neem gerust contact op met Hennie Breedijk tel. 020-4904463.

Vrijwilligersdag Volgermeer

Op zaterdag 12 oktober organiseert het Burgerkomitee samen met de Beheergroep Volgermeer de vierde vrijwilligersdag Volgermeer. Jullie zijn die dag van harte welkom om de natuur een handje te helpen. De dag begint om 9.30 en duurt tot 15.30 uur. Verzamelen op Broekergouw 22, voor eten en drinken wordt gezorgd.

Aanmelden graag door een mail te sturen naar info@volgermeer.nl.

Weekend-hulp gezocht

Ik zoek een flinke jongen van ongeveer 13 tot 14 jaar oud, die mij wil helpen bij het uitvoeren van werkzaamheden op de boerderij op zaterdag of zondag. Plaats tussen Ransdorp en Holysloot. Beloning volgens minimum loon d.d. 31 juli 2013. Heb je hier belangstelling voor, neem dan contact op met Loek Koopman tel. 020-4904619.

Pianoles

Voor kinderen en volwassenen, gratis proefles mogelijk.
Bel of mail naar: Natalia Buzdes, tel: 06-39141991 of E-mail: buzdes@hotmail.com

Opbrengst Sam's Kledingactie

Afgelopen april was de jaarlijkse kledinginzamelingsactie van Sam's Kledingactie voor Mensen in Nood. Dit heeft de volgende hoeveelheid textiel opgeleverd:

Schellingwoude:	200 kg
Ransdorp / Holysloot:	530 kg
Zunderdorp:	550 kg

Voor meer informatie over Sam's Kledingactie voor Mensen in Nood kunt u kijken op www.samskledingactie.nl. Bedankt voor uw bijdrage !

Rondleiding door het verleden van Waterland

Op 4 mei is een boek verschenen over de Tweede Wereld Oorlog met de titel: 'Landelijk Noord 1940-1945'. Het boek vertelt in detail wat er in de Waterlandse dorpen Holysloot, Ransdorp, Durgerdam, Schellingwoude en Zunderdorp is gebeurd tussen 1940 en 1945 en laat het ook zien met tal van foto's uit die tijd.

Vanwege het enthousiasme bij de deelnemers van de 6 rondleidingen die al geweest zijn krijgt u opnieuw de kans een rondleiding mee te maken met de schrijvers van dit boek als gids. Met een groep van maximaal 10 personen wandelen of fietsen we langs de objecten die nog rechtstreeks met de oorlog te maken hebben. De gids vertelt het verhaal dat erbij hoort. En natuurlijk kunt u vragen wat u wilt.

We doen de rondleiding per dorp en de kosten van een rondleiding zijn € 5,-

U komt op de fiets, maar soms kan de tocht ook te voet worden gemaakt.

De rondleiding duurt ca 1 ½ uur.

De nieuwe rondleidingen zijn op:

Holysloot : Donderdag 19 september 19.00 uur. Verzamelen bij de kerk.

Ransdorp : Donderdag 26 september 19.00 uur. Verzamelen bij de toren.

Zunderdorp : Donderdag 3 oktober 19.00 uur. Verzamelen bij de kerk.

Durgerdam/Schellingwoude : Donderdag 10 oktober 19.00 uur. Verzamelen bij de Oude Taveerne.

Opgeven bij www.poortvanwaterland.nl en kies op Landelijk Noord 1940-1945 of bij een van de schrijvers.

YOGA

Komend seizoen starten er twee nieuwe yogalessen op de dinsdagavond in de dorpskerk in Durgerdam.

Deze lessen zijn voor iedereen toegankelijk, we doen oefeningen waar je beslist niet lenig voor hoeft te zijn. Je kan er wel leniger van worden. Yoga geeft je energie, helderheid en rust. Door rek en strek oefeningen leer je de grenzen van je eigen kunnen te voelen. En door middel van de adem leer je ontspannen en grenzen verleggen. Ademen is leven en jouw adem zegt heel veel over hoe je in het leven staat. Een diepe en rustige ademhaling geeft energie en helderheid. Deze energie concentreren in meditatie oefeningen leert je overgave en ontspanning. De yoga oefeningen worden in twee vormen aangeboden:

Ontspanningsyoga en Energieyoga. In beide lessen doen we gelijksoortige oefeningen, in de eerste les ligt de nadruk op ontspanning en bij de tweede les gaan we wat dieper in de oefeningen en zijn de oefeningen wat pittiger.

Wie ben ik?

Mijn naam is Nisvan van Sijl, ik geef al 25 jaar yogales op verschillende lokaties in Amsterdam. Ik ben gecertificeerd Hathayoga en Rayayoga docent en heb mijn opleiding genoten bij Hans Wesseling van UNIDE. Daarnaast geef ik ook les in Qi-Gong en begeleid ik Transformational Breathing sessies, Sjamanistische trance reizen en Familie opstellingen. Al deze ervaring gebruik ik in mijn yogalessen.

Lokatie:

Dorpskerk, Durgerdammerdijk 76, Durgerdam.

Lestijden: Elke dinsdagavond , de cursus start op 3 september.

Ontspanningsyoga: 18.30 – 19.45 uur

Energieyoga: 20.00 – 21.15 uur

Kosten: Een 10 rittenkaart kost € 125,- en deze is 13 weken geldig. Je kunt ook voor een hele cursus inschrijven, van september tot en met december. Dan betaal je € 140,- voor 14 lessen.

Kom eens langs voor een gratis Introductieles!

Mocht je interesse hebben om een introductieles te volgen dan kun je je opgeven bij Nisvan: telefoonnummer 06 24 75 4014 of via nisvan.art@gmail.com.

Ik zie er naar uit je te ontmoeten!

Nisvan van Sijl

Agenda vanaf september 2013

- 6 sept Doop Waterlandse melkschuit
6 sept Excursie Volgermeer
8 sept Neptunus feest Durgerdam
8 sept Natuurwerkdag Kinselmeerzicht
- 12 sept Vergadering Werkgroep CLN
12 sept Vrouwen van nu, lezing molens
17 sept Vergadering Dagelijks Bestuur, CDR
17 sept Groene Buren Bioscoop, Schellingwoude
- 18 sept Informatieavond Elders Rust
21 sept Tweedehands Kledingbeurs
27 sept Werkbezoek raadsleden
8 okt Soos Ransdorp, Bingo

Colofon		
Kopij september	digitaal opsturen uiterlijk tot vrijdag 4 oktober	
Redactie	Dorpsweg 35 1028 BK Ransdorp 020-4904437 info@centraledorpenraad.nl	Website: www.centraledorpenraad.nl
Oplage	980 exemplaren	
Bezorging	J. Gils (020-6368967)	
't Zwaantje is het wijkblad van de Centrale Dorpenraad LN. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden kopij te redigeren en in te korten. De eindverantwoordelijkheid berust bij het dagelijks bestuur van de CDR.		