

**Veranstaltungshaus Neei Bauhoff (An den Bauhöfen 1)
Yoga- und Klangzentrum Langeoog**

Yoga

Ayur Yoga/Yoga auf dem Stuhl: Friederike Depping-Schreiber

Die Schlusssentspannung der obigen Yogastunden wird mit Klangschalenklängen begleitet

Hatha Yoga in der Tradition von Kundalini/Yin Yoga: Christiane Eske-Putzmann Yin

Yoga/Yoga klassisch/- Fokus Rücken: Monika Fieseler-Karras

Info und Anmeldung: 04972-9906677

www.neei-bauhoff.de oder an der Tourist-Info im HDI oder www.langeoog.de

Alle Termine 90 min bzw. 75* min /15 €, 5er-Karte/70 €

Sa 28.6. 17 Uhr Ayur Yoga

Di 1.7. 17 Uhr Ayur Yoga

Do 3.7. 15 Uhr Yoga auf dem Stuhl*

So 6.7. 18 Uhr Yin Yoga mit Christiane

Mo 7.7. 17 Uhr Hatha/Kundalini Yoga

Di 8.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Christiane

Mi 9.7. 17 Uhr Hatha/Kundalini Yoga

Do 10.7. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*

Fr 11.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Christiane

Sa 12.7. 17 Uhr Hatha/Kundalini Yoga

So 13.7. 18 Uhr Yin Yoga mit Monika

Mo 14.7. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken

Di 15.7. 17 Uhr Yoga klassisch

Mi 16.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Monika

Do 17.7. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*

Fr 18.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Monika

Sa 19.7. 18 Uhr Yoga Fokus Rücken

So 20.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Monika

Mo 21.7. 17 Uhr Yoga klassisch

Di 22.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Monika

Mi 23.7. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken

Do 24.7. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*

Fr 25.7. 17 Uhr Yin Yoga mit Monika

Sa 26.7. 18 Uhr Yoga klassisch

So 27.7. 11 Uhr Yoga Fokus Rücken

Mo 28.7.-Sa 9.8. täglich wechselnd Yoga, Faszientraining und Qi Gong mit Claudia und Michael Coers

So 10.8.- Sa 23.8. täglich wechselnd Yin Yoga, Yogalates und Rückenflow mit Pia Loose

Eine ausführliche Kursbeschreibung und nachfolgende Termine finden Sie unter:

www.neei-bauhoff.de bzw. www.langeoog.de

