

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

Yoga

Yoga klassisch/Yoga Fokus Rücken: Monika Fieseler-Karras

Yin Yoga/Yoga Back & Relax: Astrid Hagedorn

Ayur Yoga sowie Workshops: Claudia Rauer und Friederike Depping-Schreiber

***Die Schlussentspannung dieser Stunden wird durch Klangschalenklänge begleitet**

TriloChi: Mareke Gastmann-Preuss

Info und Anmeldung: 04972-9906677

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

Alle Termine 90min/14 €, 5er Karte/65 €, Workshop 3,5h/42€

*****Ayur Yoga Ferienwoche 23.-29.10. alle Termine auch einzeln buchbar, Wochenpass 125 € ***
(2 Workshops+4 Yogastunden)**

So 2.10. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken
Mo 3.10. 17 Uhr Yoga klassisch
Di 4.10. 18 Uhr Yoga Fokus Rücken
Mi 5.10. 17 Uhr Yoga klassisch
Do 6.10. 11 Uhr Yoga Fokus Rücken
Fr 7.10. 17 Uhr Yoga klassisch
Sa 8.10. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken
So 9.10. 17 Uhr Yoga klassisch
Mo 10.10. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken
Di 11.10. 18 Uhr Yoga klassisch
Mi 12.10. 17 Uhr Yoga Fokus Rücken
Do 13.10. 17 Uhr Yoga klassisch
Fr 14.10. 11 Uhr Yoga Fokus Rücken
Sa 15.10. 17 Uhr Yoga klassisch
So 16.10. 11 Uhr Yoga Fokus Rücken
Mo 17.10. 17 Uhr YinYoga
Di 18.10. 17 Uhr Yoga Back & Relax
Mi 19.10. 17 Uhr YinYoga
Do 20.10. 17 Uhr Yoga Back & Relax
Fr 21.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Sa 22.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
So 23.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Mo 24.10. 11 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Mo 24.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*

Di 25.10. 10 Uhr Ayur Yoga & Klang Workshop
Di 25.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*
Mi 26.10. 11 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Mi 26.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*
Do 27.10. 10 Uhr Ayur Yoga Workshop Ausrichtung
Do 27.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*
Fr 28.10. 11 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Fr 28.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*
Sa 29.10. 11 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
So 30.10. 11 Uhr Ayur Yoga mit Claudia
Mo 31.10. 17 Uhr Ayur Yoga mit Friederike*
Di 2.11. 11 Uhr TriloChi

Ausführliche Kursbeschreibungen und nachfolgende Termine finden Sie unter:

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

