

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

Yoga

Nia®-Bewegung mit Groove/Faszien-Rotation n. Eibich®/ Klangmassagen: Uta Altmann
Yin Yoga/Rückenflow/Pilates plus: Pia Loose
TriloChi/Hatha Yoga: Mareke Gastmann-Preuß
Ayur Yoga: Friederike Depping-Schreiber

***Die Schlussspannung dieser Yoga-Stunden wird durch Klangschalen-Klänge begleitet**

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 €. Klangmassage 30min/30 €, 60min/60€

Sa 30.7. 18 Uhr Faszien to go
So 31.7. 18 Uhr Nia®
Mo 1.8. 11 Uhr Faszien to go
Di 2.8. 11 Uhr TriloChi
Di 2.8. 18 Uhr Faszien to go
Mi 3.8. 8 Uhr Nia®
Do 4.8. 18 Uhr Faszien to go
Fr 5.8. 11 Uhr Nia®
Sa 6.8. 18 Uhr Hatha Yoga
So 7.8. 18 Uhr Hatha Yoga
Di 9.8. 11 Uhr TriloChi
Mi 10.8. 18 Uhr Yin Yoga
Do 11.8. 18 Uhr Pilates plus
Fr 12.8. 8 Uhr Rückenflow
Sa 13.8. 18 Uhr Yin Yoga
So 14.8. 18 Uhr Rückenflow
Mo 15.8. 18 Uhr Yin Yoga
Di 16.8. 18 Uhr Rückenflow
Mi 17.8. 18 Uhr Yin Yoga
Do 18.8. 18 Uhr Pilates plus

Fr 19.8. 8 Uhr Rückenflow
Sa 20.8. 18 Uhr Yin Yoga
So 21.8. 18 Uhr Hatha Yoga
Di 23.8. 11 Uhr TriloChi
Do 25.8. 18 Uhr Ayur Yoga*
So 28.8. 18 Uhr Ayur Yoga*

Klangmassagen 31.7.-5.8. mit Uta Altmann
Termine n. Vereinbarung Tel. 0174 471 6643
29.8. - 10.9.22 täglich wechselnde Yogakurse
mit Martina Bosch

Ausführliche Kursbeschreibungen und nachfolgende Termine finden Sie unter: www.neei-bauhoff.de bzw www.langeoog.de

