

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

Yoga

Yin Yoga / Yoga mit sanftem Flowanteil: Anja Baule

Yin Yoga & Klangkunst/Faszien-Yoga: Monika Niermann u. Frank Mühlenhöver

Yin Yoga / Hatha Yoga relaxed / Klang-Relax am Kaminofen: Marc Hürtgen

Yoga Rückenglück / Hatha Yoga: Claudia Coers

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

Die Schlussentspannung dieser Yogastunden wird mit Klangschalenklängen begleitet

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 €, Klang-Relax 50 min/12 €

Sa 27.12. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja
So 28.12. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja
Mo 29.12. 17 Uhr Yoga mit sanft. Flowanteil
Di 30.12. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja
Mi 31.12. 11 Uhr Yin Yoga mit Anja
Do 1.1. 11 Uhr Yoga mit sanft. Flowanteil
Do 1.1. 16 Uhr Yin Yoga & Klangkunst
Fr 2.1. 16 Uhr Faszien Yoga mit Frank
So 4.1. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc
Di 6.1. 17 Uhr Hatha relaxed
Mi 7.1. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc
Do 8.1. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*
Do 8.1. 17 Uhr Klang-Relax am Kaminofen
Fr 9.1. 16 Uhr Yin Yoga mit Marc
Do 15.1. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*
Mi 21.1. 16 Uhr Ayur Yoga mit Friederike
Do 22.1. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*

Sa 24.1. 17 Uhr Yoga Rückenglück
Mi 28.1. 17 Uhr Yoga Rückenglück
Do 29.1. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl*
Sa 31.1. 17 Uhr Hatha Yoga mit C.Coers

*****22.-26. Juni 2026*****

!! Ayur Yoga -Weiterbildungs-Retreat mit Remo Rittiner (Begründer des Yoga-Stils) !!

Eine ausführliche Kursbeschreibung und nachfolgende Termine finden Sie unter: www.neei-bauhoff.de bzw. www.langeoog.de

