

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

# Yoga

**Yin Yoga & Klangkunst: Monika Niermann und Frank Mühlenhöver**

**Yin Yoga & Klang/Achtsames Vinyasa Yoga: Nina Möhle-Berg**

**Klang-Relax/Im Einklang mit Rilke: Bettina Laue**

**Yoga & Klang/Klang-Relax: Helga Montag**

**Tango-Workshop: Susanne Sattler**

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

**\*Die Schlussspannung dieser Kurse wird durch Klangschalenklänge begleitet**

**Info und Anmeldung: 04972-9906677**

**www.neei-bauhoff.de oder an der Tourist-Info im HDI oder [www.langeoog.de](http://www.langeoog.de)**

**Alle Termine 90 bzw. 75 min/15 €, 5er-Karte/70 €, außer Klang-Relax 50 min/10 €**

**Rilke-Klang-Abend 60 min/8€**

**Do 25.4. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl**

**Sa 27.4. 17 Uhr Yin Yoga & Klangkunst**

**Mi 1.5. 17 Uhr Yin Yoga & Klang**

**Do 2.5. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl**

**Do 2.5. 15 Uhr Tango-Workshop**

**Fr 3.5. 17 Uhr Yin Yoga & Klang**

**Sa 4.5. 16 Uhr Achtsames Vinyasa Yoga**

**Sa 4.5. 18 Uhr Klang-Relax mit Bettina**

**Di 7.5. 20 Uhr Im Einklang mit Rilke**

**Mi 8.5. 17 Uhr Ayur Yoga**

**Fr 10.5. 15 Uhr Tango-Workshop**

**So 12.5. 17 Uhr Ayur Yoga**

**Mi 15.5. 17 Uhr Ayur Yoga**

**Do 16.5. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl**

**Mo 20.5. 17 Uhr Yoga & Klang**

**Di 21.5. 17 Uhr Yoga & Klang**

**Mi 22.5. 18 Uhr Yoga & Klang**

**Do 23.5. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl**

**Do 23.5. 18 Uhr Klang-Relax mit Helga**

**Fr 24.5. 11 Uhr Yoga & Klang**

**Sa 25.5. 17 Uhr Yoga & Klang**

**Mi 29.5. 17 Uhr Ayur Yoga**

**Do 30.5. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl**

**Eine ausführliche Kursbeschreibung und  
nachfolgende Termine finden Sie unter:**

**[www.neei-bauhoff.de](http://www.neei-bauhoff.de)**

**bzw. [www.langeoog.de](http://www.langeoog.de)**

