

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

# Yoga

**Yin Yoga/Hatha Yoga relaxed: Marc Hürtgen**

Die Schlussentspannung dieser Yogastunden wird mit Klangschalenklängen begleitet

**Tango Argentino Workshop: Susanne Sattler**

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

Die Schlussentspannung dieser Yogastunden wird mit Klangschalenklängen begleitet

**Yin Yoga/Yoga mit sanftem Flowanteil: Anja Baule**

**Yin Yoga/QiGong&Klang, Yogalates/Tiefenentspannung, Rückenflow-Yoga: Pia Loose**

**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 min bzw. 75\* min /15 €, 5er-Karte/70 €, Klang-Relax 50 min/12 €**

Mo 24.3. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc  
Di 25.3. 15.15 Uhr Tango Workshop  
Mi 26.3. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc  
Do 27.3. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl\*  
Sa 29.3. 17 Uhr Hatha Yoga relaxed  
Mo 31.3. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc  
Mi 2.4. 17 Uhr Ayur Yoga  
Do 3.4. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl\*  
So 6.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc  
Mo 7.4. 17 Uhr Hatha Yoga relaxed  
Di 8.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Marc  
Mi 9.4. 17 Uhr Ayur Yoga  
Do 10.4. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl\*  
Sa 12.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja  
So 13.4. 17 Uhr Yoga mit sanftem Flowanteil  
Mo 14.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja  
Di 15.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja  
Mi 16.4. 17 Uhr Yoga mit sanftem Flowanteil  
Do 17.4. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl\*  
Do 17.4. 17 Uhr Yin Yoga mit Anja

Fr 18.4. 11 Uhr Yoga mit sanftem Flowanteil  
Sa 19.4. 17 Uhr Yin Yoga Qi Gong & Klang  
So 20.4. 17 Uhr Yogalates/Tiefenentspannung  
Mo 21.4. 17 Uhr Yin Yoga Qi Gong & Klang  
Di 22.4. 17 Uhr Yogalates/Tiefenentspannung  
Mi 23.4. 17 Uhr Yin Yoga Qi Gong & Klang  
Do 24.4. 11 Uhr Yoga auf dem Stuhl\*  
Do 24.4. 18 Uhr Klang-Relax am Kaminofen  
Fr 25.4. 11 Uhr Rückenflow mit Yoga  
Sa 26.4. 17 Uhr Yin Yoga Qi Gong & Klang

**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)**

