Strand-Yoga für Alle

gültig von April bis Oktober 2023

Wo?

Hauptbadestrand, linker Abgang ab Strandkorbvermietung, Treffpunkt unten (DLRG, Sportbude)

Wann?

Spontan und wetterabhängig - Zeiten werden im MaxieYoga-Schaukasten beim Irish Pub kommuniziert. Gern darfst du mir eine Nachricht schreiben, dann informiere ich dich über die Termine!

MAXIE 01774300727

Wer?

Jede/r ist willkommen!
Ob Einsteiger oder Erfahren,
für Alle ist Platz!

Was?

Basisposen - gesunde Ausrichtung - Atmung - dem Wetter angemessen - ohne Bauchlage -
mit Liebe und Zeit fürs Detail

Wichtig zu wissen!

Ihr braucht nur ein Handtuch!
Keine Anmeldung nötig!
Dem Wetter angemessene Kleidung empfohlen!

12€

Dieser Kurs wird mit deinem Kurbeitrag unterstützt!

In dankbarer Kooperation: Hotel Inselfriede ★★★★ · Meerestied HOLISTIC THALASSO. BAD & SPA. · Bin für Dich da dank Deines Gästebeitrags! DANKE Dein Inselglück · Maxie Yoga Spiekeroog