

Informatie Yoga Zomer Midweek van 23-26 juli 2017, Terschelling.

Van harte welkom! De Yoga Zomer Midweek op Terschelling om intens te genieten van yoga, de zomer, het strand, de zee en het prachtige eiland Terschelling. Dit arrangement begint dinsdag met een ontvangst vanaf 17.30 uur en eindigt vrijdag om ca. 15.00 uur.

Het programma

Uur	Zondag 23 juli
	Aankomst Terschelling
17.30	Ontvangst
18.00	Diner
20.00	Yoga cirkel met Hatha yoga & meditatie

Uur	Maandag 24 juli
7.00	Yoga & meditatie
8.15 - 9.30	Hatha yoga
9.30	Ontbijt
11.00	Strandwandeling naar Kaap Hoorn
16.00 - 17.30	Hatha yoga & meditatie aan zee
18.00	Diner
20.00 - 21.30	Yoga Workshop

Uur	Dinsdag 25 juli
7.00	Kundalini yoga & meditatie
8.15	Hatha yoga
9.30	Ontbijt
11.00	Fiets & Strandwandeling Bosplaat
18.00	Diner
20.00 - 21.30	Workshop yoga massage

Uur	Woensdag 26 juli
7.00	Yoga & meditatie
8.15	Hatha yoga
9.30	Ontbijt
11.00	Strand
14.15 - 14.45	Yoga Cirkel

Het uitstekend en geheel verzorgde yoga arrangement om je hart te volgen. Met dagelijks yoga op het strand en in een duinpan. De vrijheid om te genieten en de ruimte om te kiezen.

Zo is er de gelegenheid om diverse vormen van yoga te doen variërend van sportieve tot meer meditatieve vormen van yoga en een workshop yogamassage te volgen. Ook is er de vrijheid om aan een onderdeel van het programma deel te nemen of iets anders te doen.

Na het ontbijt is er de mogelijkheid om mee te gaan voor een wandeling en/of fietstocht door de duinen naar het strand. Met een lunchpakket op zak de mooiste plekken van het eiland ontdekken. Het weekend voor balans, inspiratie, kracht, ontspanning en vitaliteit.

Aanvullende (reis)informatie

Dit uitstekend verzorgde yoga arrangement vindt plaats in de Volkshogeschool te Terschelling. Deze accommodatie is gelegen aan de Badweg Hoorn 11, 8896 KC Terschelling Hoorn (tel: 0562-448954). Het verblijf is in het mooie gebouw de Brêge.

Dit is een mooie en sfeervolle accommodatie met 11 comfortabele tweepersoonskamers elk voorzien van douche en toilet, een mooie lichte yogaruimte, een lounge en een dakterras. De accommodatie is schitterend gelegen in de duinen op fiets-loopafstand van het strand.

Reisinformatie

Op Terschelling kom je door vanuit Harlingen de veerdienst te nemen. Indien u met de trein reist, kunt u uitstappen bij Harlingen Haven dat één station is na Harlingen en op ca. 7 minuten loopafstand van de boot is gelegen. In Harlingen is de mogelijkheid om bewaakt te parkeren op ca. 8 minuten loopafstand van de boot. De kosten van lang parkeren van de auto bedragen ca. € 6 per dag. De afstand met de auto van Amsterdam naar Harlingen bedraagt ca. 110 km.

Wil je reizen met het openbaar vervoer bijvoorbeeld vanuit regio Amsterdam, Haarlem of de kop van Noord-Holland, kijk dan ook op www.9292ov.nl. Er vertrekt namelijk een bus vanaf station Alkmaar naar Harlingen Haven (op afsluitdijk overstappen!). Indien je de postcode van de accommodatie intoetst, zijnde 8896 JB dan zie je ook direct de vertrektijden van trein, bus en veerboot.

Veerdienst Harlingen - Terschelling

Het advies is om tijdig een ticket te boeken voor de sneldienst en/of veerdienst. Bij het kopen van een ticket dien je voor je overtocht een specifieke afvaart voor de heen- én terugreis op te geven. Met de sneldienst duurt de bootreis ca. 45 minuten en met de normale veerdienst ca. 2 uur.

Informatie en online boeken van boottickets kan eenvoudig via www.rederij-doeksen.nl. Behalve online kan je op werkdagen van 08.30-18.00 uur telefonisch reserveren via telefoonnummer 0900-DOEKSEN (3635736). Ook is het mogelijk om je boottickets bij het loket te kopen. Voor meer informatie onder andere over de veerdienst en (lang)parkeren kijk dan op www.rederij-doeksen.nl.

Bij aankomst op het eiland en naar de accommodatie

De afstand van de veerboot naar de Volkshogeschool is ca. 10 km. Er zijn twee goede mogelijkheden om vanaf de veerboot naar de accommodatie te reizen; de keuze is aan u.

1. Bij aankomst op Terschelling staat er een huurfiets voor u klaar bij fietsverhuurbedrijf T. Knop in de Torenstraat nr. 13, de winkelstraat naar de vuurtoren 'De Brandaris' direct gelegen aan het haventerrein waar de veerboot aankomt. U kan uw bagage kosteloos door hen bij de accommodatie de Volkshogeschool laten bezorgen. Vanuit West-Terschelling waar de boot aankomt, gaat u per fiets (langs de Hoofdweg) via Midsland, Formerum naar Terschelling-Hoorn.
2. Vanaf de veerboot neemt u de bus of taxi. Kies bestemming Oosterend en stap uit in Terschelling-Hoorn bij de halte Badweg, de halte na de kerk. Volg de bus en neem meteen de eerste weg links, dit is de Badweg. Na ongeveer 300 meter vindt u de Volkshogeschool links in het bos.

Wat mee te nemen

- Indien gewenst zwemkleding voor zwemmen in zee.
- Gemakkelijk zittende kleding voor het doen van yoga
- Wandelschoenen.
- Slippers voor binnen

Een yogamat en meditatiekussen hebben wij voor je. Voor meer informatie neem dan contact op met Peter van der Burg van Yogaterschelling. Wij kijken uit om er een fijne vakantie van te maken!

Yogaterschelling
Peter van der Burg

Tel: 06-19419538

info@yogaterschelling.nl
www.yogaterschelling.nl