

Informatie Yoga Zomer Vakantie van 23-25 augustus 2017 op Terschelling.

Van harte welkom! De Yoga zomer vakantie op Terschelling om intens te genieten van yoga, het strand, de zee, het prachtige eiland Terschelling en de zomer. Deze vakantie begint op woensdag met een ontvangst vanaf 17.30 uur en eindigt op vrijdagmiddag.

Het programma

| Uur | Woensdag 23 augustus |
|-------------|----------------------------|
| Vanaf 17.30 | Ontvangst |
| 18.00 | Diner |
| 20.00 | Hatha Yoga met cirkel flow |

| Uur | Donderdag 24 augustus |
|-------|----------------------------|
| 7.00 | Kundalini yoga & meditatie |
| 8.15 | Hatha yoga |
| 9.30 | Ontbijt |
| 11.00 | Strandwandeling |
| 16.00 | Yin Yoga |
| 18.00 | Diner |
| 20.00 | Workshop |

| Uur | Vrijdag 25 augustus |
|---------------|--------------------------------------|
| 7.00 | Kundalini yoga & meditatie |
| 8.15 | Hatha yoga |
| 9.30 | Ontbijt |
| 11.00 | Strand |
| 14.15 - 14.45 | Cirkel met afsluiting |
| 16.15 | Afvaart eerste veerboot (sneldienst) |

De vakantie om je hart te volgen. Met dagelijks yoga op het strand, in een duinpan of yogazaal en op de mooiste plekken aan zee. De vrijheid om te genieten en de ruimte om te kiezen.

De gelegenheid om diverse vormen van yoga te doen variërend van dynamische 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.

Informatie accommodatie

Dit geheel 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.

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. De tickets ontvangt je per e-mail in je mailbox, je print ze uit en neemt ze mee op reis.

Behalve online kan je op werkdagen van 08.30-18.00 uur telefonisch reserveren bij rederij Doeksen 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 bijvoorbeeld 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 ook 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 naar je komst en een goede reis toegewenst!

Yogaterschelling
Peter van der Burg

Tel: 06-19419538

info@yogaterschelling.nl
www.yogaterschelling.nl