



Yoga  
**gratis**  
für Hotelgäste

# Yogakurse im StrandGut.

Für „Ausprobierer“ und Yoga-Erfahrenere.

Verleiht Eurem Körper und Seele neue Impulse – mit unseren StrandGut Yogaangeboten für Gesunde\*. Seit Januar 2018 leitet unsere Yogalehrerin Claudia mit großer Leidenschaft und Begeisterung Yoga-Anfänger und -Erfahrenere. In unserer Work-Life-Lounge, mit direktem Blick auf das Meer, genießt Ihr entspannende und belebende Yogakurse.

*\* Als gesund gelten alle, die sich für fit und leistungsfähig halten und nicht unter ständiger ärztlicher Medikation stehen.*

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16. September	17. September	18. September	19. September	20. September	21. September	22. September
FREI	FREI	8:00 - 9:30 Uhr BELEBENDER MORGEN Mit Sonnengrüßen in den Tag	8:00 - 9:30 Uhr MORNING FIT Dynamische Sequenzen	Y O G A	Y O G A	Y O G A
		17:00 - 18:30 Uhr RÜCKEN FIT Entspannende Sequenzen	19:00 - 20:30 Uhr STÄRKE DEINE MITTE Aktivierende Sequenzen	R E T E A T	R E T E A T	R E T E A T

**Hinweis:** Unser Yogaangebot ist für Hotelgäste **gratis**. Lust auf Yoga aber kein StrandGut Gast? Kein Problem! Mit € 15,-/Kurs bist Du dabei. Einfach an der Rezeption anmelden, bezahlen und los geht's. Bitte meldet Euch rechtzeitig bei uns an der Rezeption an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Mit einem Handtuch und bequemer Kleidung bist Du perfekt vorbereitet. **Privatstunden** sind nach weiterer Absprache möglich. Änderungen sind vorbehalten.