

Informatie Yogaweekend Oud en Nieuw van 30 dec - 1 januari 2018

Het Yoga Oud & Nieuw weekend: een hartverwarmend yogaweekend in een warme en sfeervolle omgeving met geheel verzorgd verblijf in de mooie accommodatie van de Volkshogeschool op Terschelling. Een ontspannen weekend met yoga, dans, massage, live mantra muziek, prachtige wandelingen, heerlijk vegetarisch eten, enthousiaste mensen en een speciaal avondprogramma om Oud & Nieuw te vieren: stralend en fris aan het nieuwe jaar beginnen!

Uur	Zaterdag 30 december 2017
15.00	Veerboot Harlingen
17.00	Aankomst Terschelling
Vanaf 17.30	Ontvangst
18.00	Diner
20.00	Yoga cirkel & Hatha yoga

Uur	Zondag 31 december 2017
7.00 - 8.00	Kundalini yoga & meditatie
8.15 - 9.30	Hatha yoga
9.30	Ontbijt
11.00	Strand, bos en duinwandeling
16.30 - 18.00	Yoga workshop
18.00	Diner
20.30	Speciaal avondprogramma met Oud en Nieuw viering

Uur	Maandag 1 januari 2018
8.30 - 10.00	Hatha yoga
10.00	Ontbijt
11.30	Strandwandeling (met nieuwjaarsduik? ☺)
14.45 - 15.15	Afsluiting
16.15	Afvaart sneldienst

Het weekend met hartverwarmende yoga, live muziek, dans, massage & meditatie, prachtige strandwandelingen en heerlijk vegetarisch eten. Het weekend om je innerlijk vuur te laten branden, het licht te laten schijnen en fris & stralend aan het nieuwe jaar te beginnen.

Met diverse vormen van yoga zoals hatha yoga, vinyasa yoga, kundalini yoga en yin yoga, workshop yogamassage, meditatie, dans en live (mantra) muziek. De yoga wordt gegeven door Peter van der Burg van Yogaterschelling, Indra Bose, Eddy Binnekamp en Irene Kievit.

Het weekend om je hart te volgen. Zo is er op Oudjaarsdag voor de liefhebber om 7.00 uur kundalini yoga met meditatie en om 8.15 uur actieve Hatha yoga. Om 11 uur is er een bosstrandwandeling en om 16.30 uur een ontspannen yogasessie.

Na het diner is er in de flow van Oudjaarsavond een warm programma om Oud & Nieuw te vieren met yoga, live mantra muziek, dans en meditatie.

Op Nieuwjaarsdag is er na de yoga en het ontbijt een strand-boswandeling met voor de liefhebber een Nieuwjaarsduik in zee. Met een lunchpakket op zak de mooiste plekken van het eiland ontdekken.

Aanvullende (reis)informatie

Het geheel verzorgde yogaweekend vindt plaats in de Volkshogeschool te Terschelling-Hoorn. 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.

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. Het programma begint om ca. 17.45 uur en eindigt om 15.00 uur. Je bent van harte welkom om vanaf ca. 16.00 uur aan te komen.

Reisinformatie

Op Terschelling kom je door vanuit Harlingen de veerdienst te nemen. Indien je met de trein reist, stap dan uit bij Harlingen Haven dat één station is na Harlingen en op ca. 7 minuten loopafstand van de boot is. 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 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 en Hoorn naar Harlingen Haven (op afsluitdijk overstappen!). Indien je de postcode van de accommodatie intoetst, zijnde 8896 KC, dan zie je direct de vertrektijden van trein, bus en veerboot.

Veerdienst Harlingen - Terschelling

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

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

Bij aankomst op het eiland en naar de accommodatie

De afstand van de veerboot naar de Volkshogeschool is ca. 12 km. Er zijn twee goede mogelijkheden om vanaf de veerboot naar de accommodatie te reizen; de keuze is aan jou.

1. Bij aankomst op Terschelling staat er een huurfiets voor je 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. Je bagage wordt kosteloos door hen bij de accommodatie bezorgd. Vanuit West-Terschelling waar de boot aankomt, ga je per fiets (langs de Hoofdweg) via Midsland, Formerum naar Terschelling-Hoorn.
2. Vanaf de veerboot neem je de bus (€ 2,-) 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 je de Volkshogeschool links in het bos.

Wat mee te nemen

- Gemakkelijk zittende kleding voor het doen van yoga
- Wandelschoenen.
- Slippers voor binnen
- Zwemkleding voor nieuwjaarsduik?

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

Yogaterschelling
Peter van der Burg

Tel: 06-19419538
info@yogaterschelling.nl
www.yogaterschelling.nl