



NYHEDSBREV NR. 8 2019

Der er næsten fuldt hus i denne sæson. Siden starten i august 2016 har jeg i dette efterår udbudt det største antal pladser (60), og du deltager på en af de 58 besatte pladser.

Jeg er glad og ydmyg for den store tilslutning, og i **efteråret 2019 er netop du måske en af 21 nye elever**, der har fået lyst til at prøve TriYoga. Velkommen til dig.

Selvfølgelig er der også nogle, der af flere årsager stopper - og til dig, der ikke længere er med her, ønsker jeg dig al mulig god vind med evt. fortsat TriYoga andre steder i landet, eller det du ønsker at beskæftige dig med i din fritid.

Et nyt tiltag er et **Basics, hensyntagende** hold torsdag formiddag. Her er **en enkelt plads ledig** her i efteråret. Har du lyst til at høre mere om dette, eller kender du nogen, der har specielle behov, da videresend meget gerne nyhedsbrevet.

Der er forsøgsvis indført **bookingsystem til 10-turs klippekort brugere**. Det virker umiddelbart fint. Jeg vil selvfølgelig gerne bede om tilbagemeldinger, hvis du, der anvender systemet har en anden opfattelse - ros modtages også gerne.

På <https://triyoga.dk> - kan du se, hvor der tilbydes såvel ugentlige lektioner som workshops og andre events i Danmark. Du er en vigtig ambassadør, og har du lyst til at viderebringe din glæde ved TriYoga til venner/familie andre steder i landet - så STOR TAK herfor.

Måske er det lige dig, der har efterspurgt **oversigt over undervisningsdage, tidspunkter m.v.**

Da min hjemmeside endnu ikke er på plads, og da dette nyhedsbrev er mit åbne "vindue" til dig, vil du længere nede på siden fortsat finde disse informationer.

Workshops i november og december måned

Søndag d. 10/11, kl. 10 - 13, Klinikhuset; Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe.

På denne søndag vil vi fordybe os i at være nærværende. Det gør vi med dyb vejrtrækning, og blide stræk. Det bliver en dag, hvor du vil opleve at være lidt længere i stillingerne, end du oplever under en 1 1/2 times lektion. Du vil få understøttet kroppen af pøller, klodser, puder, så du vil opleve det rart. På denne måde ud/afspænder du kroppen, og vil mærke en følelse af velvære. Som altid er der urtete, vand, frisk frugt og lidt sødt til ganen.

Søndag d. 29/12, kl. 10 - 13, Klinikhuset, Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe

Det er nu blevet en tradition på 3. år, at vi afslutter året med en workshop, som vil indeholde de 4 årstider. Vi vil opleve en blid start med forårets spæde komme, en sommer med varme og styrke, et efterår hvor vi dæmper aktiviteten og en vinter med stilhed og fordybelse - alt sammen bundet sammen af den vedholdende og dybe vejrtrækning.

Som traditionen byder, vil vi afslutningsvis ønske hinanden et godt nytår med en lille forfriskning

Begge workshops ligger ligeledes på "TriYoga Center Fyn" Facebook siden, hvor du også har mulighed for at tilmelde dig.

Tilmelding via nedenstående link til workshops d. 10/11 & 29/12:

info@triyoga-center-fyn.dk

Retreat med Yogini Kaliji i Tyskland

I år deltog jeg for første gang i det årlige retreat med Yogini Kaliji på Europas største yogacentrum "Yoga Vidya" i Bad-Meinberg i Tyskland sammen med 3 dejlige kolleger fra Jylland og Sjælland.

På "Yoga Vidya" tilbydes mange former for yoga og meditation, ajurveda samt økologisk vegansk /vegetarisk mad. Der var grønne enge, og små parkområder omkring "Yoga Vidya", som var en oase at opholde sig i under de korte ophold mellem undervisning og spisepauser.

Det var en utrolig inspirerende og intens uge med 6 timers undervisning om dagen i TriYoga, Pranavidya og meditation. Jeg lærte så meget, som jeg vil glæde mig til formidle til dig i løbet af efteråret. Det er altid en gave og udsøgt glæde at få mulighed for at opleve Yogini Kaliji "live".



EFTERÅR 2019 HOLDOVERSIGT M.V.

Klassenr.	Niveau	Dag	Tidspunkt	Sted	Start /slut
TY01	Basics	Man	08:30 - 10:00	Åvangen 88, 5750 Ringe	09/09-16/12-2019
TY02	Basics	Man	10:15 - 11:45	Åvangen 88, 5750 Ringe	09/09-16/12-2019
TY03	Basics/Level 1	Man	16:00 -17:30	Klinikhuset, Jernbanegade 13 -15,	09/09-16/12-2019

				5750 Ringe	
TY04	Basics	Man	17:45 - 19:15	Klinikhuset, Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe	09/09-16/12-2019
TY05	Basics/Level 1	Tirs	08:30 - 10:00	Åvangen 88, 5750 Ringe	10/09-17/12-2019
TY06	Level 1	Tirs	17:00 - 18:30	Klinikhuset, Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe	10/09-17/12-2019
TY07	Basics / Level 1	Ons	17:00 - 18:30	Klinikhuset, Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe	11/09-18/12-2019
TY08	Basics	Ons	18:45 - 20:15	Klinikhuset, Jernbanegade 13 - 15, 5750 Ringe	11/09-18/12-2019

Nyoprettede hold i efteråret TY05, Basics tirsdag kl. 10:15 - 11:45 og TY09 Basics, hensyntagende torsdag kl. 08:30 - 10:00 (1 ledig plads her)

Sæsonen er på 15 lektioner (t.o.m. uge 51)

NYT i efterårs sæson 2019: du får lidt flere valg end tidligere.

- Modul 1 og Modul 2 - kortere perioder h.h.v. 8 og 7 uger.
- Samtidigt ophører klippekortet i sin nuværende form.
 - Der vil fortsat være et klippekort, der gælder i sæsonen.
 - Med klippekortet er du ikke tilmeldt en specifik klasse.
 - Du tilmelder dig 4 uger forud i et bookingsystem, hvortil du får tilsendt en kode.
 - Afmelding på tilmeldte datoer, skal ske senest 24 timer før aktuel dato/tidspunkt.
 - Sker dette IKKE mistes klippet.

I nyhedsbrev 4 lovede jeg, at der ville være mere omkring bookingsystemet - jeg lovede mere end jeg kunne holde - der arbejdes på sagen, og jeg vender tilbage til dig, som ønsker at købe klippekort.

PRISER EFTERÅR 2019

Antal lektioner	Pris kr.
3 prøvelektioner (nye elever)	225,-
15 lektioner	1.500,- / 975,- u./18

Klippekort 10 lektioner pr. sæson	1.200,- / 750,- u./18
Modul 1 - uge 37 t.o.m. uge 44 = 8 lektioner	940,- / 600,- u.18 år
Modul 2 - uge 45 t.o.m. uge 51 = 7 lektioner	823,-/ 523,- u./18
DROP-IN	135,- / 100,- u./18
2x15 lektioner pr. uge	20% rabat på lektion nr. 2
Workshop 3 timer	325,-

**Tilmelding til efterårs sæson:
via nedenstående link:**

info@triyoga-center-fyn.dk

Generelt

Alt udstyr - yogamåtte, tæppe, pude, klodser, yogabælte er i lokalet

Omklædningsfacilitet

Parkering i gården bag Klinikhuset / ud for Åvangen 88

DER ER UNDERVISNING I UGE 42

Du må meget gerne dele/videresende mit nyhedsbrev til familie og venner,
der måtte dele din glæde og interesse for TriYoga.

Nyhedsbrevet

kan tilgås ved at gå ind på følgende link, hvorefter der fremkommer en QR kode, som du scanner med din mobil, og derefter er du inde i tilmeldingsformularen:

<http://eepurl.com/dtDFnT.qr.5>



Varme efterårs hilsener
~ in the flow ~
Inger



Copyright © 2019 TriYoga® Center Fyn, All rights reserved.

Du modtager dette nyhedsbrev, fordi du enten har deltaget i en af mine klasser/workshops og / eller har tilmeldt dig mit nyhedsbrev på anden vis. Jeg glæder mig til at sende gode informative oplysninger vedrørende kommende TriYoga® klasser, workshops etc. Du kan til enhver tid afmelde dig nyhedsbrevet - se venligst link nedenfor

TriYoga® Center Fyn
Åvangen 88
Ringø 5750
Denmark

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

