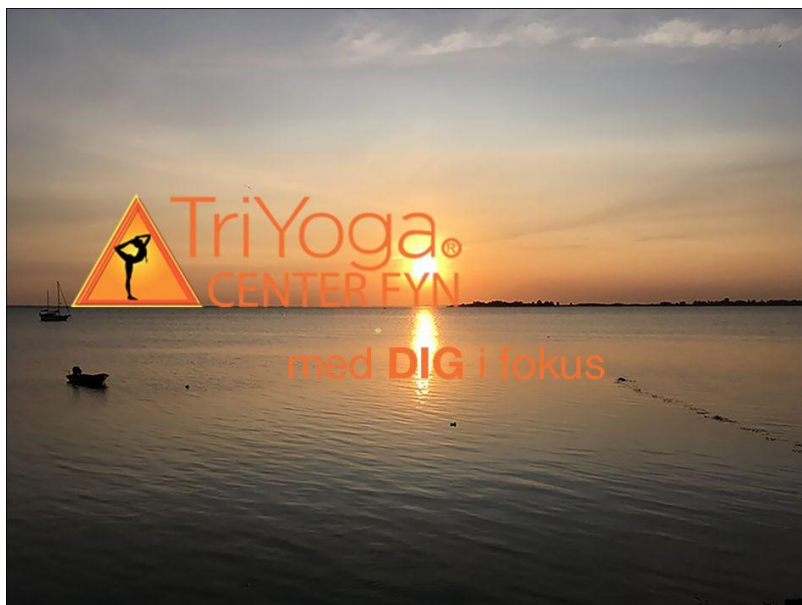


info@triyoga-center-fyn.dk

[View this email in your browser](#)



## NYHEDSBREV NR. 21 2020/12

Kære yoga venner,

Efterårssæsonen slutter i næste uge. Sidste undervisningsdag er torsdag d. 17. december. Jeg er på alles vegne utrolig taknemmelig for, at vi alle indtil nu har kunnet praktisere yoga i det fysiske fællesskab.

Alle undervisningsdage i uge 50 og 51 forløber som planlagt.

På onsdag d. 9/12 og onsdag d. 16/12 vil der blive tilbudt on-line undervisning via Zoom kl. 15:00 - 16:30 for dig, der p.g.a. nye retningslinjer med ikrafttrædelse onsdag d. 9/12, ikke kan møde frem, og for dig der blot ønsker at blive hjemme. Disse on-line sessions er for betalende elever.

Skriv til mig, hvis du ønsker at komme med på en eller begge on-line lektioner. Link med instruktion sendes til dig 20 min. før kl. 15.

Desuden lægger jeg et par mindre flows ud på hjemmesiden.

### Vinter-/forårssæson 2021

Den nye sæson er også lige om hjørnet, og vi starter igen mandag d. 4. januar.

På hjemmesiden finder du vinter-/forårssæsonens uge program samt workshops.

Tilmelding kan ske under følgende link:

<https://triyoga-center-fyn.dk/hold/>

Tilmelding til vinter/forårssæsonens workshop kan ske under følgende link:

<https://triyoga-center-fyn.dk/workshops/>

Har du allerede tilkendegivet, at du ønsker at fortsætte, skal du blot afvente faktura, som følger ultimo december.

**INVITATION  
TRIYOGA RETREAT  
KERTEMINDE D. 6. - 8 JUNI 2021**

Jeg har længe haft stor lyst til at afholde et retreat. Rammerne er nu endelig faldet på plads, og jeg kan tilbyde dig at komme på et 2½ dags fantastisk TriYoga Retreat i/på /ved Danhostel Kertemindes meget smukke lokaler og omgivelser. Opholdet er med indkvartering i enkeltværelse med fuld forplejning. Skulle der være behov for særlige hensyn omkring maden, finder vi ud af det.

Programmet ser ud som følger:

**Søndag d. 6/6-2021**

Ankomst 09:00

Formiddag kl. 09:00: Isvand/te (grøn te/urtete) + frugt serveret i Pavillonen.

Yoga kl. 09:30 - 11:30 (medbragt bagage med i lokalet)

Frokost: kl. 12:00

Tjek-in kl. 14 - 17

Eftermiddag: Isvand/kaffe/grøn te/urtete), kage/frugt fra kl. 14 - serveret i Pavillonen

Yoga kl. 15:30 - 17:30 Isvand i lokalet

Middag kl. 18:00

Aften - samling i Pavillonen / meditation - Isvand, Kaffe med småkager og chokolade i lokale

**Mandag d. 7/6-2021**

Morgenmeditation i Pavillonen/spadseretur i skoven / badetur - dit valg kl. 07:00 - 07:30

Morgenmad kl. 07:45

Formiddag kl. 09:00: Vand/te (grøn/urte) + frugt serveret i Pavillonen.

Yoga 09:30 - 11:30 Isvand i lokalet

Frokost kl. 12

Eftermiddag: Isvand/kaffe/grøn te/urtete), kage/frugt fra kl. 14 - serveret i Pavillonen

Yoga kl. 15:30 - 17:30 Isvand i lokalet

Middag kl. 18:00

Aften - samling i Pavillonen / p.t. planlægningsfase - Isvand, Kaffe/the med småkager og chokolade i lokale

**Tirsdag d. 8/6-2021**

Morgenmeditation i Pavillonen/spadseretur i skoven / badetur - dit valg kl. 07:00 - 07:30

Morgenmad kl. 07:45

Tjek ud efter morgenmad før yoga

Yoga kl. 09:00 - 11:30

Frokost kl. 12:00

Afrejse efter frokost.

Til vores aften arrangementer er jeg i dialog med en meget dygtig, der med sin mangeårige erfaring vil delagtiggøre os i lyde m.v., der vil løfte vores aftenmeditationer, så du vil se stjerner på din nattehimmel og forhåbentlig få en vidunderlig nattesøvn.

Pris kr. 3.500,- Omkostninger til drikkevarer udover isvand til måltider skal påregnes.

Depositum: kr. 1.000, som indbetales samtidig med tilmelding.

Tilmelding og betaling af depositum senest 15. februar 2021

Restbeløb betales senest 1. april 2021

Retreatet bliver afholdt ved min. 10 deltagere.

Læs mere om Danhostel Kerteminde på dette link: <https://www.dkhostel.dk/>

### Yogaudstyr / T-shirts

Der har været flere forespørgsler på yogaudstyr. Jeg bestiller igen i det nye år. Vil du være sikker på at få en pakke, så kan du få alle 4 dele for kr. 600,- (priser i efteråret dækkede knapt mine udgifter).

Køb af enkelt dele som følger:

Måtte /blå kr. 210

Yogabælte /lilla kr. 180

2 klodser \* kr. 250

\* farve grøn, blå, lilla, bordeaux, brændt orange

Desuden vil der i det nye år blive mulighed for at bestille T-shirts med TriYoga motiver. Mere herom i januar.

### Gavekort

Julen er til skønne gaver. Har du en kær ven/veninde, mor/far/datter/søn, der ønsker f.eks. 3 prøvelektioner til kr. 250,-, så skriv til mig, og jeg sender gavekortet til dig på mail.

TAK for 2020, som på bedste vis gav os nogle fine yogatimer sammen

Ønsker dig og din familie en god jul og et lykkebringende 2021

~ in the flow ~

Inger

---

**Du finder TriYoga® Center Fyn på adressen:  
Kontorfællesskabet Den Sorte Diamant,  
Bygmestervej 23a, 1., 5750 Ringe**

**Yogamåtte, ekstra til at lægge under din egen,  
tæppe, pude, klodser, yogabælte er i studiet.**

**Omklædningsfacilitet (Covid-19)**

**Loungeområde, gratis kaffe/the m.v. og vandautomat**

**Parkeringsplads uden for døren og  
overdækket cykelparkering**

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



*Copyright © 2020 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  
Bygmestervej 23A

Ringe 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](#).

