

[View this email in your browser](#)



Kære yogavenner, og til dig der fortsat læser nyhedsbrevet,

TAK for en fin efterårssæson, som slutter i uge 51.

Så kom den første søndag i advent med det smukkeste vintervejr. Håber du har nydt dagen, og begynder at tage julen ind i små mundfulde. Præstens ord i dag fangede mig: "Tag jer nu tid til at nyde tiden med julens budskab, og stå måske lidt af juleræset" - det gav så god mening også i forhold til yogaen, hvor vi hver især forsøger at finde vores veje omkring, hvad vi kan/skal/bør gøre for at være en del af samfundet/familien m.v.
Glædelig 1. søndag i advent!

Vi havde en 80 års fødselsdags fejring af Grethe, der var fraværende på dagen, som også var en yogadag. En foto hilsen fra eliteholdet blev sendt! Endnu én gang varmt tillykke med fødselsdagen.

Det har været et for mig inspirerende efterår, hvor jeg fik hold sat op til Prana Vidya med 5 tilmeldinger. Jeg synes det har været en succes, og derfor fortsætter jeg med at tilbyde hold fra januar til april. Mere herom nedenfor.
Der er fuldt hus til Nytårs Workshopen, og i 2024 tilbyder jeg i marts og april workshops af 3 timers varighed. Mere herom nedenfor.

Vinterens / foråret sæson starter i uge 2.

Der er nu åbent for tilmeldinger på hjemmesiden.

Ved klik her tilmelde dig via hjemmesiden

Vi holder **vinterferie** som følger: Jytte i uge 7 og Inger i uge 9.
Der vil være mulighed for at tilkøbe en ekstra lektion i en af de 2 uger på et andet hold, end du har tilmeldt dig jf. det fastlagte program for vinter-/forårssæsonen.

Workshop 4 lørdage med Prana Vidya

Jeg tilbyder 4 lørdage morgener kl. 7:45- 8:45 med åndedrætsøvelser, koncentrationsteknikker og meditation. Du kan deltage såvel som nuværende elev, og hvis du blot kunne tænke dig at opøve en dybere vejtrækning til gavn for dit velvære.

Her kan du tilmelde dig og læse mere om forløbet

2 workshops lørdag d. 2/3 og 6/4 kl. 10 - 13

Ved klik her, læs mere, tilmeld dig en eller begge workshops

Retreat i Danmark i TriYoga® Center Fyn regi

Retreat i juni 2024 2 1/2 dag retreat på Dan Hostel Kerteminde fra fredag d. 7. juni kl. 11 (adgang fra kl. 10) til søndag d. 9. juni afsluttende med frokost fra kl. 12.

Pris: kr. 4.450 i delt dobbeltværelse, kr. 4.700 i enkeltværelse

Følgende er inkluderet i prisen:

- Enkeltværelse / dobbeltværelse
- Alle måltider inkluderet.
- Prana Vidya (rytmisk vejrtrækning, koncentration og meditation) før morgenmad lørdag og søndag 07:00 - 07:45
- 9 1/2 times undervisning, 2 sessioner fredag, 2 sessioner lørdag og 1 session søndag af varierende længde.
- Lørdag aften fælles samling i yoga salen med gæst udefra.

I de frie timer er der fine områder at gå ture i, at bade/svømme ved Kertemindes dejlige Sydstrand, besøge Kerteminde by, som er i gåafstand fra vandrehjemmet, læse en god bog på værelset / i fællesstuen, hænge ud med andre søde deltagere.

Del gerne med andre i din omgangskreds, der praktiserer yoga.

Ved klik her, læs mere og tilmeld

Julegave - Giv et Gavekort

Giv et gavekort på f.eks. 3 prøvelektioner eller til en workshop eller ønsk dig et gavekort med tilskud til retreatet i juni. Kan tilsendes pr. mail eller afhentes hos mig på Dybdalgårdvej 22 efter aftale.

Bestilling modtages her

Ønsker jer alle en dejlig december måned og
på gensyn til nuværende elever og velkommen til nye i 2024

Jytte og Inger



Grethe ønskes tillykke med 80 års dagen



Glædelig 1. søndag i advent



Copyright (C) 2023 TriYoga® Center Fyn. All rights reserved.

Our mailing address is:

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

