Informatie Yoga Vitaliteitsweekend Terschelling, 30 april – 2 mei 2027

Het Yoga Weekend in de mei vakantie om intens te genieten van yoga, meditatie, heerlijk vegetarisch eten, het strand, de zee en het prachtige waddeneiland Terschelling. Met geheel verzorgd verblijf in de mooie accommodatie van de Volkshogeschool. De huurfiets of bus staat voor je klaar bij aankomst op Terschelling. Het weekend voor balans, vitaliteit en ontspanning. Leuk wanneer je erbij bent!

Tijd	Vrijdag 30 april 2027
15.05	Veerboot Harlingen van 15.05 uur of andere (snel)boot naar keuze
17.05	Aankomst op Terschelling: neem bus of huurfiets
Vanaf 17.30	Ontvangst
18.00	Diner
20.00 - 21.30	Yoga Cirkel & meditatie

	Zaterdag 1 mei 2027
8.00	Yoga, adem & meditatie
9.30	Ontbijt
11.00	Bos, duin en strandwandeling naar zee
16.00	Tension Release yoga
18.00	Diner
20.00	Yin & restorative yoga

	Zondag 2 mei 2027
8.00	Hatha yoga
9.30	Ontbijt
11.00	Fiets en strandwandeling naar de Boschplaat
14.00 - 14.30	Afsluiting
16.25	Afvaart sneldienst van 16.25, 17.35 uur of andere veerboot naar keuze

Programma wijzigingen voorbehouden

Het programma begint op vrijdag met een ontvangst vanaf 17.30 en eindigt op zondag om ca 14.30 uur. Van harte welkom om op vrijdag vanaf 15.00 uur aan te komen bij de accommodatie.

Het weekend om je hart te volgen met verschillende yogavormen, meditatie, een workshop adem & tension release yoga. Genieten van prachtige strandwandelingen, fietsen, rust, inspiratie en verbinding. Ook is er alle vrijheid om te doen waar je zin in hebt.

Dit weekend wordt gegeven door Peter van der Burg

De liefhebber van zwemmen en training kan bij veilige weersomstandigheden meegaan voor een duik in zee. Ter voorbereiding thuis beginnen met dagelijks 30 seconden koud afdouchen?

Na het ontbijt is er de mogelijkheid om mee te gaan voor een wandeling en/of fietstocht door de duinen naar het strand. Met een lunchpakket op zak de mooiste plekken van het eiland ontdekken.

Locatie

Dit geheel verzorgde yoga weekend vindt plaats in De Folks (Volkshogeschool) te Terschelling. 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, dat schitterend gelegen is in de duinen en het bos dichtbij zee.

Een mooie en sfeervolle accommodatie met een mooie ronde lichte yogazaal, een lounge en een dakterras en 11 comfortabele kamers elk voorzien van douche en toilet. Eenpersoonskamer is op aanvraag.

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 loopafstand van de boot. De kosten van lang parkeren van de auto bedragen € 8,50 per dag. Voor meer informatie over parkeren, kijk op lang parkeren in Harlingen.

Wil je reizen met openbaar vervoer kijk dan ook op www.9292ov.nl. Er vertrekt namelijk ook 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

Ons advies is om tijdig een bootticket te boeken. Kies bij het reserveren een specifieke afvaart voor de heen- én terugreis. Met de sneldienst duurt de bootreis ca 50 minuten en met de veerdienst ca. 2 uur.

Meer informatie en online tickets boeken kan eenvoudig via www.rederij-doeksen.nl en via telefoonnummer: 088 - 9000888. Ook is het mogelijk om je boottickets bij het loket te kopen.

Bij aankomst op het eiland en naar de accommodatie

De afstand van de veerboot naar de Volkshogeschool is ca. 12 km. Er zijn twee mogelijkheden om vanaf de veerboot naar de accommodatie te reizen:

1. Bij aankomst op Terschelling staat er een huurfiets voor je klaar bij fietsverhuurder 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.

   Indien fietsen bezwaarlijk is en kom je daarom met de bus naar de accommodatie, dan kunnen we je fiets bij De Folks laten bezorgen. Wil je dit, stuur ons dan minimaal 5 dagen voor aanvang hiervoor een bericht.

   Indien je een electrische huurfiets wilt, geef dit dan aan bij het ophalen van de fiets. Voor een electrische fiets geldt een eigen bijdrage van € 9,50 per dag te voldoen bij de fietsverhuurder.

2. Vanaf de veerboot neem je lijnbus 1 (ca. € 3,20 enkele reis, betalen via OV-chipkaart, OVpay, PIN of e-ticket! Je kan ook in- en uitchecken met je bankpas of mobiel) 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 vind je De Folks (Volkshogeschool) links in het bos.

Ons advies is om de boot terug van 16.25 uur of later te boeken. Neem je de boot eerder dan 16.25 uur, dan dient je bagage om 9.30 uur klaar te staan bij de accommodatie zodat de fietsverhuurder het kan ophalen (tenzij je bagage zelf mee terug neemt).

Wat mee te nemen

- Voor yoga: gemakkelijk zittende sportieve kleding
- Wandelschoenen
- Slippers voor binnen
- Optioneel: zwemkleding voor een duik in zee

Beddengoed, handdoeken, yogamat en meditatiekussen zijn voor je aanwezig.

Zijn er nog vragen of wil je even overleggen, dan horen we het graag.

Graag tot ziens op Terschelling!
Hartelijke groet,

Peter van der Burg
YogaTerschelling
Peter: 06-19419538 |info@yogaterschelling.nl | www.yogaterschelling.nl