

## Moin!

Ihr habt Interesse euren Aufenthalt sportlich zu ergänzen?

Ich biete:

- **dynamisches Yoga zum Kennenlernen**
- **Yin Yoga zum Kennenlernen**
- **Atemübungen**
- **Entspannungsverfahren (PMR, Autogenes Training)**
- **Teambuilding**
- **Einführung ins Schlagball oder Beachhandball**
- **(Nordic) Walking**
- **Rund-Um-Fit, Rückenschule**

Dieses Angebot gilt für Einzelpersonen, Familien, Klein- oder Groß-Gruppen und kann am Strand oder in einem Gruppenraum durchgeführt werden.

Preise auf Anfrage.

**Zu meiner Person:**

- seit 2014 wohne ich auf Spiekeroog
- B.A. Sport, Gesundheit und Prävention
- SUP-Yoga, Power Vinyasa & Yin Yoga-Lehrerin
- seit 2016 Teilhaberin der Yogaschule „AnkerGlück Yoga Spiekeroog“

**Sprecht mich gerne an!**

Maxie Milena Neubacher

**0177/43 007 27** oder

[ankerglueckyoga@gmail.com](mailto:ankerglueckyoga@gmail.com)

