



## Besonderes Yoga-Wochenende im arthotel bakker

Klein, fein und ganz persönlich: Mit maximal 10 Teilnehmern entsteht beim Yoga-Wochenende eine besondere Atmosphäre – exklusiv, familiär und nahbar. Jede Einheit wird von Bianka Nabrotzky, Inselbewohnerin und erfahrene Yogalehrerin, authentisch und individuell begleitet. Ob blutiger Anfänger oder schon faltenfrei durchgedehnt – das Programm passt für jedes Level und (fast 😊) jedes Lebensalter.

### Freitag, 02. Januar 2026

- bis 16:00 Uhr Individuelle Anreise
- 16:00 bis 17:30 Uhr Yoga zum Ankommen – den Alltag loslassen
- 19:00 Uhr gemeinsames Abendessen zum Kennenlernen (nicht im Preis inbegriffen)

### Samstag, 03. Januar 2026

- 08:00 bis 09:30 Uhr Yoga am Morgen
- nachmittags Teezeit in der Bakkerie
- 18:00 bis 19:30 Uhr Yin Yoga mit einer Abendmeditation

### Sonntag, 04. Januar 2026

- 08:30 bis 10:00 Uhr Hatha Yoga am Morgen
- anschließend gemeinsames Frühstück in der Bakkerie und individuelle Abreise

