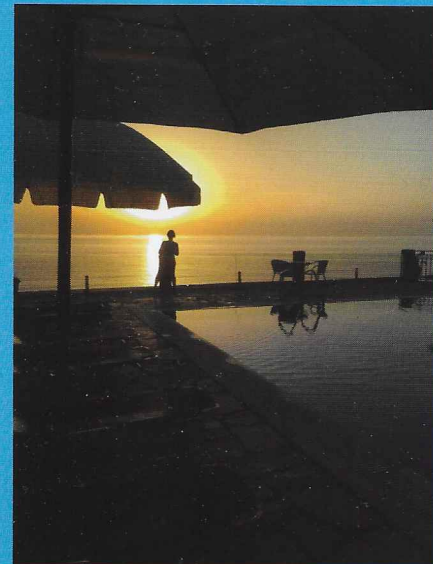
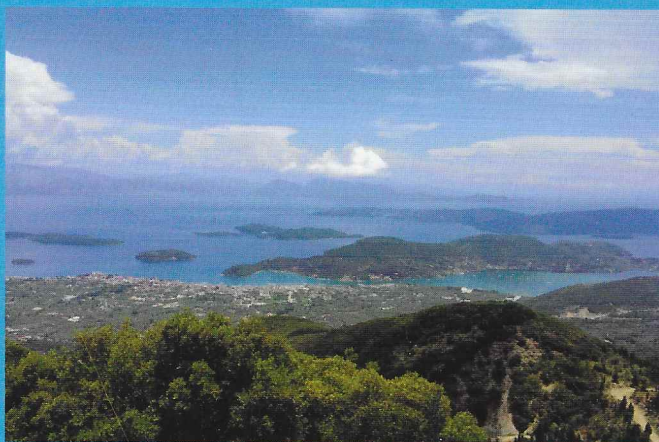
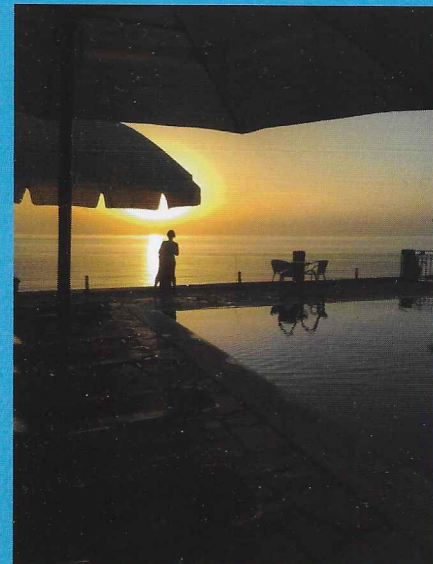


# Yoga & Wandelen "Light" op Lefkas

Ontspanning met Yoga,  
Meditatie, Wandelen, Zon,  
Strand, Griekse keuken en  
tijd voor jezelf.



7 mei - 14 mei 2019  
Hotel George, Nidri

24 september - 1 oktober 2019  
Aparthotel Sirios, Kathisma Beach

In navolging op onze succesvolle yoga/wandelweek in september 2018 organiseren we in 2019 twee nieuwe weken. De eerste week in het plaatsje Nidri en de tweede week aan het strand van Kathisma bij Agios Nikitas.

Harriet verzorgt de yogasessies en Jan maakt met de deelnemers een paar mooie wandelingen die garant staan voor fantastische uitzichten.

Naast yoga en wandelen is er genoeg vrije tijd om zelf op pad te gaan of te ontspannen bij het zwembad of aan het strand.

Geïnteresseerd in deze week, maar je partner heeft niets met yoga, geen probleem want er zijn op het eiland legio mogelijkheden voor wandelen, mountainbiken, kitesurfen, paragliding en niet te vergeten zwemmen in de blauwe zee.

Voor meer info en prijzen, kijk op [www.harriet-grachten.com](http://www.harriet-grachten.com).

Vragen of boeken? Neem contact met ons op via [yoga-jetjan@sunrise.ch](mailto:yoga-jetjan@sunrise.ch).

Wij verheugen ons op je deelname.

Jan Joosten & Harriet Grachten (gediplomeerd Yoga en MBSR docente)