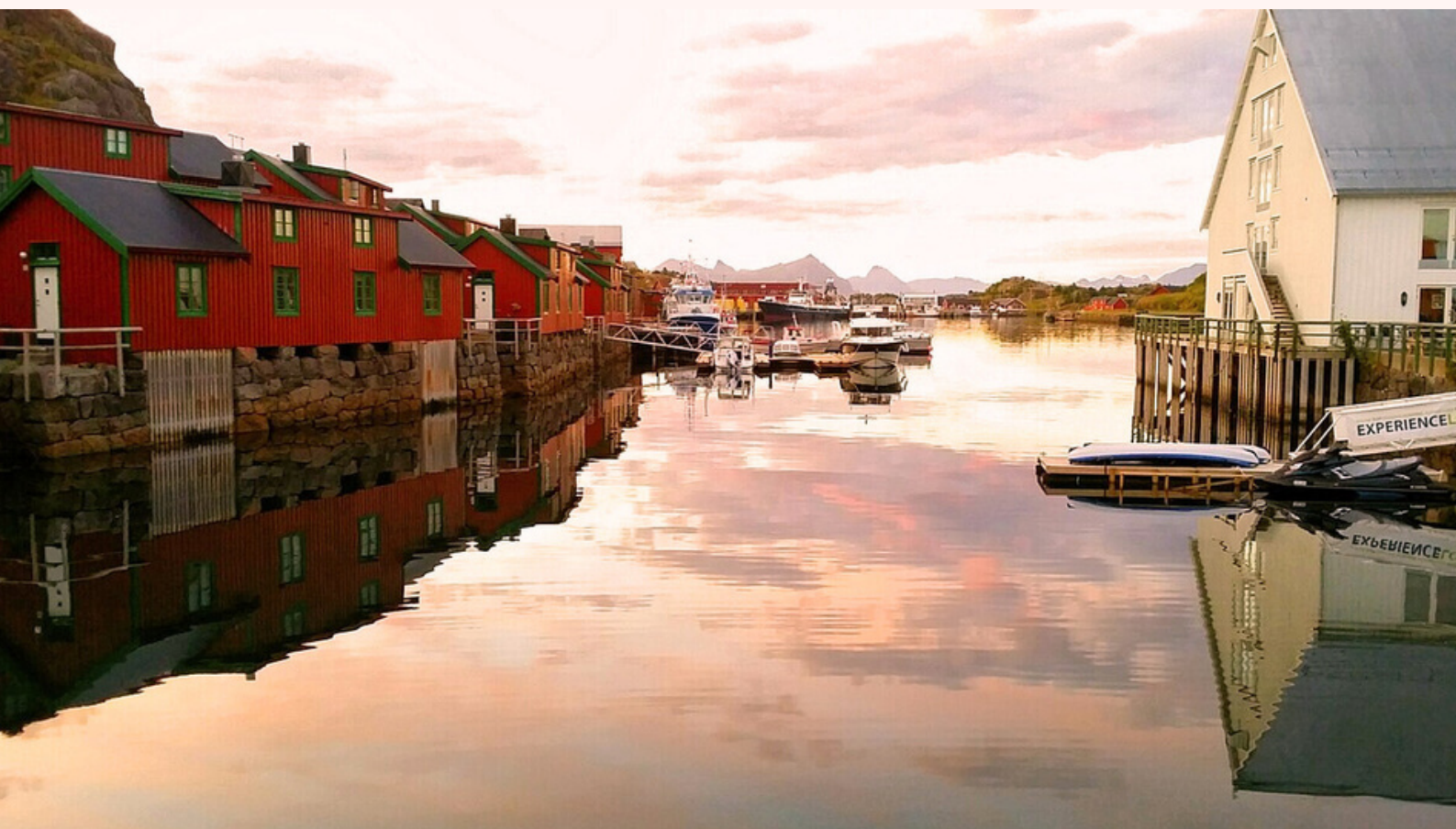





SUMMERINTENSIVE
MED
BRIGITTA TUMMON
2-7.AUGUST 2024
LOFOTEN YOGASTUDIO, STAMSUND





5 days of deep immersion into the practice of asana and pranayama amidst the magnificent beauty of Lofoten. Next to the inspiration of mountains and sea, we will explore our inner landscape to find stability and mobility. A practice to find courage, contentment, and clarity to share with those around us.




Pop up yoga Arctic,
i samarbeid med Lofoten yogastudio, har
gleden av å invitere til intensivt
sommerkurs i Iyengaryoga med seniorlærer
Brigitta Tummon.

Kurset vil gå fra fredag 2.august til
onsdag 7.august med første økt fredag
2.august 17.00-19.30 og siste økt onsdag
7.august 09.00-11.00. Det vil bli 5 timer
undervisning per dag fordelt på to økter.

Pris 5500,- kr

Deltakere bør ha kjennskap til Iyengaryoga
og mininum to års yogapraksis.



Sommerkurset gjennomføres i
Stamsund, et fiskevær på
sørsiden av Vestvågøy i
Lofoten.

I Stamsund er det nært til
hav, fjell, natur, og kultur.
Det er lett å finne stillhet
og ro.

Hurtigruta har daglige anløp
på kvelden både fra sør (Bodø)
og nord.

Fra Hurtigrutekaia til
yogastudioet er det 750 m. På
veien finnes det bl.a galleri,
matbutikk, restaurant, hotell,
rorbuer, kunsthåndverk, teater
og en koselig kafe.

Det er flere veier til
Stamsund:

- Fly fra Bodø til Leknes og
deretter ca. 15 min med bil.
- Hurtigbåt til Svolvær og
deretter ca. 1 time med
bil/buss.
- Ferge fra Bodø til Moskenes
og deretter ca. 1,5 time med
bil/buss.
- Fly til Evenes (direkte fra
Oslo) og deretter ca. 3,5
timer med bil.

Vi anbefaler overnatting på
Justad rorbuer og
vandrerhjem:

<https://www.stamsundhostel.com>

Det vil bli mulighet til å
bestille lunsj og
middagspakker fra Skjærbygga:

<https://livelofoten.no/restaurant/?lang=no>

For mer info og påmelding:
popupiyengar@gmail.com

