



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Musik

Jomi.

Fr 8. Jul 2022 kl. 20-22
Det er smukt. Det er pop. Og lidt jazz. Kært barn har mange navne. Jomi Massage, også kaldet Jomi, udgav sit seneste album i 2021.
Veranstaltungsort: Gyngen, FO-byen, Frederiksgade 78C, Aarhus C.

Jomi // Aarhus Jazz Festival 2022.

Fr 8. Jul 2022 kl. 20:00
Det er smukt. Det er pop. Og lidt jazz. Kært barn har mange navne. Jomi Massage, også kaldet Jomi, udgav sit seneste album i 2021. Den første single Livet viser Jomi fra hendes mest åbne og tilgængelige side af hendes musikalske natur.
Preis: 150 kr.
Veranstaltungsort: Gyngen, FO-byen, Frederiksgade 78C, Aarhus C.

Irsk musik i Apotekergården Horsens med Cuchulain band.

Sa 9. Jul 2022 12:00 - 15,00
Cuchulain band har spillet for os i Apoteker gården utallige gange, hver gang har de formået at tage os på en rejse igen igennem det Cuchulain'ske univers, til den grønne ø. Kom og lad jer rive med på rejsen, I vil ikke fortryde.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Apotekergården, Søndergade 15, Horsens.

Dancer.

Mo 11. Jul 2022 kl. 20-22
Hvilende i nuet - parat til næste skridt. Dancer er en instrumental trio bestående af tre stærke stemmer, der kommer fra hver sit hjørne af den danske musikscene.
Veranstaltungsort: Radar, Skovgaardsgade 3, Aarhus C.

Trondheim Jazz Orchestra & Signe Emmeluth.

Di 12. Jul 2022 kl. 20-22
Det fysiske i musikken. Signe Emmeluths bestillingsværk for Trondheim Jazz Orchestra til Moldejazz 2021 er en multisanselig koncert, hvor lyd og lys fortolker oplevelsen af det fysiske i musikken.
Veranstaltungsort: Turkis, Vester Allé 15, Aarhus C.

Haletudserne + Bergonzi Quartet + Cronholm + Loren Stillman.

Do 21. Jul 2022 kl. 15
Haletudserne (Børnejazz) // Odense Jazz Festival. Torsdag, 21 juli kl 15.00, Musikhuset Dexter. Emma Pilgaard - Vokal / DK. Ida Brinch - Trompet / DK. Tobias Stavngaard - Trombone / DK. Dagsbillet 21/7.
Preis: 322.50 kr.
Veranstaltungsort: Dexter, Vindegade 65, Odense C.

James Arthur.

Do 21. Jul 2022 kl. 21-22
Med James Arthur taler tallene for sig selv. Tredive millioner plader er solgt via tre albums, det andet album fra 2016 Back From The Edge, som lå nummer et. De andre albums James Arthur fra 2013 og YOU fra 2019 er henholdsvis platin- og guldsælgere.
Veranstaltungsort: Fanøvej, Fanøvej / Samsøvej, Nykøbing Sj.

The Vooo Ca Ray spille jazz i Apotekergården.

Sa 23. Jul 2022 12:00 - 15.00
The Vooo Ca Ray, bedre kendt som HÅKU's Husorkester, blev dannet i 2017 som en slags NOLA-ambassadør i Aarhus, der skulle gå forrest med at fremme budskabet om den unikke musik og kultur fra New Orleans på tværs af alle aldersgrupper - .
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Apotekergården, Søndergade 15, Horsens.

Theater

Mindfulness morgentur i Kajak.

Mo 11. Jul 2022 kl. 08.30
Oplev en mindful morgentur i kajak på Lammefjorden. Kom ned i tempo og tilbage med fornyet energi.
Preis: 500 kr.
Veranstaltungsort: Kajakkoasen, Strandly 21, Plejerup, Grevinge.

Ausstellungen

Det indsamlede menneske - Lægevidenskabens råmateriale fra kadaver til dna.

Mi 22. Mai 2019 bis Sa 31. Dez 2022 tirs-fre 10-16. Lør-søn 12-16
Den menneskelige krop er gennem de seneste århundreder blevet indsamlet med henblik på lægevidenskabelig forskning og undervisning. Dele af kroppen er blevet præpareret, konserveret og bevaret.
Preis: Voksne 90 kr; studerende/pensionister 60 kr; børn (7-17) 50 kr.
Veranstaltungsort: Medicinsk Museion, Bredgade 62, København K.

Spejlinger ved himlens fod.

Do 23. Jun 2022 bis So 21. Aug 2022 kl. 10:00
Fotograf Janne Klerk har skabt en udstilling om fordybelse, naturen, landskab og kosmos, der kan opleves i Bibliotekssalen henover sommeren 2022.
Preis: 40/10.
Veranstaltungsort: Rundetaarn - Bibliotekssalen, Rundetaarn - Bibliotekssalen, København K.

Sommerudstilling Tranum Strandgård.

Sa 25. Jun 2022 bis So 7. Aug 2022 Lørdage 14-17 og søndage 11-17. og i juli tors- og fredage 14-17
Sommerudstillingen er i år en soloudstilling med kunstneren Helle Louise Kierkegaard, der udstiller malerier, ler-, træ- og skiferværker samt fotodokumentation og kunstbøger. Kunstneren udstiller i højt respekterede gallerier i Europa og Amerika.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Tranum Strandgård, Strandvejen 143 Tranum, Brovst.

Udstilling: Vivian Caccuri "Mosquito Revenge".

So 26. Jun 2022 bis So 4. Sep 2022 tirsdag - søndag kl. 11:00 - 17:00
Kunsthal 44Møen præsenterer Mosquito Revenge, den første soloudstilling i Danmark af den brasilianske kunstner Vivian Caccuri.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Kunsthal 44Møen,

Fanefjordgade 44, Askeby.

Skattejagt på Medicinsk Museion.

Di 28. Jun 2022 bis So 7. Aug 2022
Museets åbningstid
I sommerferien kan børn og voksne komme helt tæt på vores spændende genstande! .
Preis: Børn 50 kr / Voksne 90 kr.
Veranstaltungsort: Medicinsk Museion, Bredgade 62, København K.

Sommeraktiviteter i Hirtshals Museums have.

Mo 4. Jul 2022 bis Fr 8. Jul 2022 kl. 10-16
Masser af hygge og røverhistorier i museumshaven. Nyd de mange lækkerier i Fiskekrogen.
Preis: 40 kr.
Veranstaltungsort: Hirtshals Museum - Vendsyssel historiske Museum, Sophus Thomsensgade 6, Hirtshals.

Sommeraktiviteter i Hirtshals Museums have.

Mo 11. Jul 2022 bis Fr 15. Jul 2022 kl. 10-16
Masser af hygge og røverhistorier i museumshaven. Nyd de mange lækkerier i Fiskekrogen.
Preis: 40 kr.
Veranstaltungsort: Hirtshals Museum - Vendsyssel historiske Museum, Sophus Thomsensgade 6, Hirtshals.

Natur

Sommer Yoga- Liseleje Strand.

Mo 27. Jun 2022 bis So 14. Aug 2022 kl. 08.30-10
Vi gentager succes fra de andre år med Sommer Yoga på Liseleje Strand.
Preis: 130-990 kr.
Veranstaltungsort: Liseleje Strand, P-pladsen v/Lisehøjvej, Liseleje.

Morgenyoga på toppen af Hanklit.

Di 5. Jul 2022 bis Di 9. Aug 2022 kl. 07.45-09
Vær god ved dig selv i din ferie. Kom og få en autentisk og nærværende oplevelse af yoga og natur i skøn forening.
Medbring yogamatte, tæppe og tekurs.
Preis 100 kr. inkl. forfriskning.
Preis: 100 kr.
Veranstaltungsort: Hanklit, Hanklitvej 23, Gullerup, Nykøbing M.

Mindfulness morgentur i Kajak.

Mi 6. Jul 2022 kl. 08.30
Oplev en mindful morgentur i kajak på Lammefjorden. Kom ned i tempo og tilbage med fornyet energi.
Preis: 500 kr.
Veranstaltungsort: Kajakkoasen, Strandly 21, Plejerup, Grevinge.

Oplev Danmarks mest idylliske vingård - i hjertet af Vendsyssel.

Fr 8. Jul 2022 bis So 7. Aug 2022 15:00-17.00
Oplev Danmarks smukkeste vingård i hjertet af Vendsyssel. Hver dage i perioden 8/7 til og med 7/8 kl. 15.00. Vinbonden viser rundt i vinmarkerne og er bagefter vært ved en hyggelig vinsmagning.
Preis: 200 kr.
Veranstaltungsort: Nygårdsminde Vingård, Tolstrupvej 102, Brønderslev.

Eksklusivt yoga- og meditationsforløb under åben himmel (5 magiske udendørs lokations i Rebild) -

Sa 9. Jul 2022 kl. 10
Store Økssø. Lørdag d. 9. juli 2022 klokken 10.00. Få stimuleret alle dine sanser og kom i balance når yoga instruktør Charlotte Irgens guider dig i et blidt flow af velvære og tilstedeværelse.
Veranstaltungsort: Store Økssø, Møldrupvej 34, Skørping.

En dag på SUP med mindfulness og yoga.

Mo 18. Jul 2022 kl. 08-15
Vi kombinerer naturen med yoga og meditation på SUP-board med intentionen at opnå mere nærvær og ro på en spændende måde. Er du på SUP for første gang, får du også en sikker introduktion til det, så du behøver ingen erfaring på forhånd.
Preis: 740 kr.
Veranstaltungsort: Vedsø Parkeringsplads, Vedsøvej 8, Viborg.

Sommeraktiviteter i Hirtshals Museums have.

Mo 18. Jul 2022 bis Fr 22. Jul 2022 kl. 10-16
Masser af hygge og røverhistorier i museumshaven. Nyd de mange lækkerier i Fiskekrogen.
Preis: 40 kr.
Veranstaltungsort: Hirtshals Museum - Vendsyssel historiske Museum, Sophus Thomsensgade 6, Hirtshals.

Sommeraktiviteter i Hirtshals Museums have.

Mo 25. Jul 2022 bis Fr 29. Jul 2022 kl. 10-16
Masser af hygge og røverhistorier i museumshaven. Nyd de mange lækkerier i Fiskekrogen.
Preis: 40 kr.
Veranstaltungsort: Hirtshals Museum - Vendsyssel historiske Museum, Sophus Thomsensgade 6, Hirtshals.

Filme

Echo (2019).

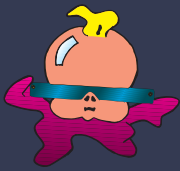
Mi 6. Jul 2022 kl. 12
Mens alle forbereder sig til den søde juletid rammer en særlig atmosfære Island. Begejstring og bekymring, går hånd i hånd, i takt med at en finurlig julestemning rammes af katastrofer.
Preis: 80 kr.
Veranstaltungsort: Øst for Paradis, Paradisgade 7-9, Aarhus C.

Ninjababy.

So 10. Jul 2022 kl. 12
I dette norske komediedrama, dykker vi ned i den unge Rakels tanker og bekymringer, da hun finder ud af at hun ved et tilfælde er blevet 6 mdr. gravid. Hendes dagbog bliver pludselig levende, ikke som en omsorgsfuld trøst, men en anklagende Babyinja.
Preis: 80 kr.
Veranstaltungsort: Øst for Paradis, Paradisgade 7-9, Aarhus C.

Ninjababy.

Mi 13. Jul 2022 kl. 11.40 & 18.30
I dette norske komediedrama, dykker vi ned i den unge Rakels tanker og bekymringer, da hun finder ud af at hun ved et tilfælde er blevet 6 mdr. gravid. Hendes dagbog bliver pludselig levende, ikke som en omsorgsfuld trøst, men en



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

anklagende Babyninja.
Preis: 80-100 kr.
Veranstaltungsort: Øst for Paradis,
Paradisgade 7-9, Aarhus C.

Sonstiges

Astrologi-uddannelse.

Do 19. Aug 2021 bis Fr 21. Okt. 2022 kl. 18.30

Vil du udvikle din intuition og blive en dygtig astrolog, så meld dig til denne uddannelse. Vi bruger denvediske astrologi (jyotish), som er et helt unikt redskab til at tolke en persons egenskaber og tendenser for fremtiden.
Preis: 25.000.

Veranstaltungsort: Roskildevej 46,
Roskildevej 46, Frederiksberg.

Useum Podwalk: Mysteriet om Elvira Madigan.

Sa 1. Jan. 2022 bis Sa 31. Dez 2022 kl. 00-23.59

Hvorfor skulle den unge, smukke linedanser dø? Mysteriet om Elvira Madigan er en historisk true-crime podwalk, som tager dig med på Elvira Madigan og Sixten Sparres sidste vandring dybt ind i Nørreskoven på Tåsinge.

Preis: 49 kr.
Veranstaltungsort: Valdemars Slot,
Slotsalléen 100, Troense, Svendborg.

60+ enlige mænd mandagsmøder.

Mo 3. Jan. 2022 bis Sa 31. Dez 2022 kl. 14-16

Klub for enlige voksne mænd For at deltage skal man være over 60 år enlig i hverdagen have lyst til selskab være selvhjulpne. Klubben mødes hver mandag kl 14.00-16.00 i sundhedscenter Vojens. se venligst program.
Veranstaltungsort: Sundhedscenter Vojens, Rådhuscentret 7, Vojens.

Korsang.

Di 4. Jan. 2022 bis Di 30. Aug 2022 35 kursudage kl. 13

Underviser: Henriette Errebo. Hold 2022801.

Preis: 745 kr.
Veranstaltungsort: Søndervang Plejehjem, Nyelandsvej 87, Frederiksberg.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Mi 5. Jan. 2022 bis Mi 10. Aug 2022 25 kursudage kl. 10

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Mi 5. Jan. 2022 bis Mi 10. Aug 2022 25 kursudage kl. 16.30

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Mi 5. Jan. 2022 bis Mi 10. Aug 2022 25 kursudage kl. 18.15

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Wellness for damer.

Mi 5. Jan. 2022 bis Mi 31. Aug 2022 35 kursudage kl. 10

Underviser: Søs Leth Mathiasen. Hold 2022803.

Preis: 510 kr.
Veranstaltungsort: Søndervang Plejehjem, Nyelandsvej 87, Frederiksberg.

Iyengar yoga - blid.

Do 6. Jan. 2022 bis Do 11. Aug 2022 25 kursudage kl. 10

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Blid Iyengar Yogaer for alle aldersgrupper. Dette Iyengar yoga hold er et hensyntagende hold, og du er velkommen, selvom du er nybegynder. På dette hold har kursisterne skavanker af forskellig art.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2 & 3.

Do 6. Jan. 2022 bis Do 11. Aug 2022 25 kursudage kl. 16.30

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. På dette hold udfordres kursisterne en anelse mere end på begynderholdene.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Iyengar yoga niveau 1 & 2.

Do 6. Jan. 2022 bis Do 11. Aug 2022 25 kursudage kl. 18.15

Underviser: Lone Jakobsen. Iyengar yoga Iyengar yoga er for alle aldersgrupper. Du er velkommen, selvom du er nybegynder. Lone undervisningsdifferencierer, hvis det er nødvendigt.
Preis: 2440 kr.
Veranstaltungsort: Yoga - Kongensgade, Kongensgade 26A, Fredericia.

Korsang.

Fr 7. Jan. 2022 bis Fr 26. Aug 2022 32 kursudage kl. 13

Underviser: Henriette Errebo. Hold 2022802.

Preis: 715 kr.
Veranstaltungsort: Søndervang Plejehjem, Nyelandsvej 87, Frederiksberg.

Iyengar Yoga (hensyntagende).

Mo 10. Jan. 2022 bis Mo 29. Aug 2022 24 kursudage kl. 15

Underviser: Lotte Dohn Rix. Preis: 1908 kr.
Veranstaltungsort: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

Iyengar Yoga Niveau 1+2.

Mo 10. Jan. 2022 bis Mo 29. Aug 2022 24 kursudage kl. 17

Underviser: Lotte Dohn Rix. Preis: 1908 kr.

Veranstaltungsort: Frederia Sundhedshus, Dronningensgade 97, Fredericia.

AquaYoga, særlig hensyn.

Mi 2. Feb 2022 bis Mi 14. Sep 2022 20 kursudage kl. 18.30

Underviser: Dorte Rørmann Olsen. AquaYoga Yoga i vand er yderst skånsomt, så alle kan deltage Aqua Yoga er godt for både krop og sind. Det kanblødgøre spændte og belastede områder og egner sig til alle, der har lyst til at give sig selv ekstra opmærksomhed.
Preis: 1486 kr.
Veranstaltungsort: Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100, Fredericia.

De 5Rytmer® i Vejle - åben aften hver fredag kl. 18.30 - 20.45.

Fr 4. März 2022 bis Fr 16. Dez 2022 kl. 18.30-20.45

Kort introduktion til nye kl. 18.15 Ingen tilmelding, ingen bindinger, bare kom som du er! Se mere www.5rytmer.dk eller FB gruppe: <https://www.facebook.com/groups/138358019661513>.
Preis: 150 kr.
Veranstaltungsort: De 5 Rytmer i Vejle, Horsensvej 72 D, 1, Vejle.

Event4U - Lokale Fortællinger.

Mo 21. März 2022 bis So 23. Okt. 2022 kl. 17-18

Event4U er den samlede betegnelse for denne unikke multi-virksomhed, der tilbyder både overnatning og café samt aktiviteter og oplevelser bl.a. i form af glasværksted, butik, galleri, yoga samt ophold med vin og vildmarksbad.
Preis: 10 kr.
Veranstaltungsort: Event4U, Sejersvej 43, Nykøbing M.

Bliv Læsefamilie.

So 1. Mai 2022 bis Do 1. Dez 2022
Hvornår har du sidst haft en af de der stjernestunder, der både samler og flytter familien?. Sæt læsning og familiehhyggen i centrum og bliv én af Skive Biblioteks Læsefamilier.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Hovedbiblioteket, Østergade 25, Skive.

Motion På Stranden.

Mo 23. Mai 2022 bis Fr 8. Jul 2022 kl. 10.30

Træning til dig der trænger til at bevæge kroppen. Vi træner i ca 40 minutter, vi starter altid med en almindelig opvarmning, er vejret til det, laver vi alt fra rygtræning, yoga og pilates. Alle kan deltage uanset form. Hver mandag, onsdag og fredag.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Storstranden, Havnen 6B, Juelsminde.

Outdoor Blid Yoga,.

Di 24. Mai 2022 bis Di 30. Aug 2022 kl. 11-12

12:00 (10 gange). Hatha yoga er en blid form for yoga, ved at bruge asanas (fysiske stilling), pranayama (åndedrætsstyring) og andre teknikker til at åbne mange energikanaler i kroppen, hvilket skaber balance, fleksibilitet og

styrke.
Preis: 250 kr.
Veranstaltungsort: I.C Møllerparken, Kirkegade 53, Esbjerg.

Sommerferie på Esrum Kloster | Kom med til Paradis.

Mo 27. Jun 2022 bis So 7. Aug 2022 kl. 10-16

Sommerferien på Esrum Kloster er fuld af sjove, underfundige og lærerige oplevelser, som kan pirre nysgerrigheden hos børn og voksne. Denne sommer kan du komme med til Paradis, for hvad er et paradis?.
Preis: 85 kr.
Veranstaltungsort: Esrum Kloster & Møllegård, Klostergade 11-12, Græsted.

Surf/SUP introkursus.

Mo 27. Jun 2022 bis So 14. Aug 2022 kl. 08-10 & 10-12 & 13-15 & 16-18

Kom med North Shore Surf: <http://northshoresurf.dk/> i Vesterhavets bølger! Hos North Shore Surf School: <http://northshoresurf.dk/> tilbyder de surfkurser for dig, din familie og venner.
Veranstaltungsort: Sdr. Strandvej 6, Sdr Strandvej 6, Løkken.

Sommeraktiviteter i Museumshaven i Hirtshals .

Fr 1. Jul 2022 bis Fr 29. Jul 2022 mandag-fredag 10:00-16:00

Preis: 50 kr.
Veranstaltungsort: Hirtshals Museum - Thyssens historiske Museum, Sophus Thomsensgade 6, Hirtshals.

Morgen yoga under åben himmel i Lynæs.

Sa 2. Jul 2022 bis So 7. Aug 2022 kl. 09-10

Yoga under åben himmel i magiske Lynæs. Vær med i weekender fra april til juli og i hverdage fra 2 juli til 7. august 2022 hver dag kl. 9-10.00.
Preis: 100 kr.
Veranstaltungsort: Lynæs Surfcenter, Lynæs Havnevej 8, Hundested.

Strandyoga i Ballen kl. 8-9.

Sa 2. Jul 2022 bis So 14. Aug 2022 8-9

Har du lyst til at lave yoga på stranden, i dejligt morgenlys til lyden af bølgeskvulp? Kl. 8 - 9 uge 27-32. Vi skaber en magisk stemning sammen og får god start på feriedagen.
Preis: 75 kr.
Veranstaltungsort: Ballen Havn Samsø, Havnevej 3, Samsø.

Uddannelse: Klangaktør.

Mo 4. Jul 2022 bis Fr 8. Jul 2022 kl. 10-15

Her dykker du ned i begreberne Gong og klangbad, Klangmeditation og andre spændende klangoplevelser. Klangaktør er for dig der vil lave oplevelser med klange for grupper og fællesskab hvor mange deltager og nyder godt af klangerne på en og samme tid.
Preis: 12500 kr.
Veranstaltungsort: AOF Hunderupvej, Hunderupvej 103, Odense M.

LOTUS tantrafestival 2022.

Mo 4. Jul 2022 bis So 10. Jul 2022 kl. 11-15

LOTUS TANTRA FESTIVAL er til dig, der vil have mere tantra i din hverdag Du får en uge fuld af fede workshops, spændende foredrag, personlig udvikling, livemusik, hyggeligt fællesskab og smuk natur - så du kan få meget



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

mere tantra i dit liv - hver dag.

Preis: 2599 kr.

Veranstaltungsort: LOTUS TANTRA MASSAGE, Telmanyisvej 4, Sjællands Odde.

Sommer Daghold - Begyndere og fortsættelse - Også Online.

Mo 4. Jul 2022 bis Fr 15. Jul 2022 10 kursusdage kl. 10

Underviser: Ananda Murti. Yogastillinger, åndedrætsøvelser, afspænding og meditation. Også ONLINE Som elev på Sommer daghold kommer du til at deltage i en levende proces som giver dig mulighed for at opdage noget nyt i dig selv.

Preis: 1295 kr.

Veranstaltungsort: Skandinavisk Yoga og Meditationsskole, Købmagergade 65, København K.

Sommer Yoga og Meditation - Begyndere.

Di 5. Jul 2022 bis Di 26. Jul 2022 4 kursusdage kl. 17

Underviser: Anders Brysting.

Yogastillinger, åndedrætsøvelser, afspænding og meditation. Kurset er opbygget som et forløb, hvor du oplever en udvikling gennem hele kurset.

Preis: 720 kr.

Veranstaltungsort: Skandinavisk Yoga og Meditationsskole, Købmagergade 65, København K.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Mi 6. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr.

Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Yoga ved stranden.

Mi 6. Jul 2022 18:30-20:00

Tag din yogamatte med til stranden, mærk vinden i håret og sandet under fødderne.

Preis: 90 kr.

Veranstaltungsort: Stilling Strand, Rosenvej 6, Slagelse.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Mi 6. Jul 2022 kl. 10-11.15

Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.

Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Yoga.

Mi 6. Jul 2022 kl. 12-13.15 & 13.30-14.45

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Stressfri i gårdhaven.

Mi 6. Jul 2022 kl. 13

Stressfri er et gratis tilbud til dig, der er ramt af stress, stressrelateret angst eller depression - og til dig, der gerne vil forebygge stress Vi dyrker grøntsager og blomster og mediterer sammen - og skaber et helende nærvær.

Veranstaltungsort: Apostelkirken,

Saxogade 13, København V.

Gudstjeneste på plejehjem - Elmely.

Mi 6. Jul 2022 kl. 14.30-15.30

Veranstaltungsort: Elmely, Lindholmsvej 24, Nørresundby.

Skovfitness unge/voksne.

Mi 6. Jul 2022 kl. 17.30-18.30

I skoven er der masser af udfordringer, som gør træningen sjov og afvekslende. Træning i naturen forebygger stress og giver en god nattesøvn og du får styrket dine knogler og muskler. Får pulsen op og styrket kredsløbet.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Tommerup Bibliotek, Tallerupvej 85, Tommerup.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Do 7. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr.

Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Udendørs sommeryoga på Anneberghus.

Do 7. Jul 2022 10:30 - 12:00

Har du, ligesom mange andre haft en travl vinter og forår? Måske har du ligefrem brug for at komme helt ned i tempo på en blid måde. Så du kan gå sommerferien i møde med fuldstændig ro i kroppen? Så er MediYoga ganske sikkert lige noget for dig.

Preis: 125 pr gang eller 400 for alle 4 gange.

Veranstaltungsort: Anneberghus, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.

Hathayoga med Merethe - Aktiv Ø.

Do 7. Jul 2022 10:30-12:00

Hatha yoga for alle. Medbring evt. matre og ikklæd dig behageligt, løstsiddende tøj.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Endelave Skole, Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga.

Do 7. Jul 2022 17:00-18:30

Preis: Fra 120 kr.

Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Traditionel tantra yoga - meditativ yoga.

Do 7. Jul 2022 17:30-19:00

Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.

Preis: 150 kr.

Veranstaltungsort: Shri Kali Danmark, Gammeløkkevej 4, Samsø.

Sommer Yoga på Alpaca Folden.

Do 7. Jul 2022 18:15 til 20:30

Blid hatha yoga med blide stræk i et roligt tempo, hvor der er plads til åndedrættet. Bagefter er der tid til ro og hygge, hvor du kan studere alpacaerne og har du lidt gulerødder med - skåret i skiver på ca. 1 cm - så kan du fodre alpacaerne.

Preis: 220 kr.

Veranstaltungsort: Fraling Alpaca, Sørupvej 22, Holmegaard.

Morgenyoga.

Do 7. Jul 2022 kl. 09-10

Til wake up PMT yoga kan du starte dagen godt ud med en times yoga med psykomotoriske terapeut Linette.

Veranstaltungsort: Spinderihallerne, Spinderigade 11, Vejle.

Bamai QiGong: Træthed.

Do 7. Jul 2022 kl. 09-13

Træthed kan ses ved mange fysiske og psykiske sygdomme: kræft, kol, betændelsestilstande, covid-19, angst, depression og meget andet. Ifølge akupunktur og Kinesisk Medicin, er træthed et typisk symptom af Qi underskud.

Veranstaltungsort: AkupunkturAkademiet, Industriområdet 15, Hovedgård.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Do 7. Jul 2022 kl. 10-11.15

Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.

Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gudstjeneste på Toftebo.

Do 7. Jul 2022 kl. 10-11.30

Veranstaltungsort: Toftebo Plejehjem, Toftebovej 7B, Græsted.

Naturtræning-hold hjernen frisk.

Do 7. Jul 2022 kl. 10-12

Holdet er for voksne og seniorer, der har lyst til at bevæge sig i naturen, også for dem der af den ene eller anden grund er fysisk eller mentalt udfordret. Det være sig stress, depression, demens, nedsat bevægelighed, aldring, KOL bl.a.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Tommerup Bibliotek, Tallerupvej 85, Tommerup.

Yoga.

Do 7. Jul 2022 kl. 11-12.15 & 12.30-13.30

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Cross-yoga.

Do 7. Jul 2022 kl. 17-18

Torsdage fra 17.00-18.00 på følgende datoer: Den 16., 22. (onsdag) og 30. juni samt den 7. og 14. juli. Som noget helt nyt introducerede vi sidste år kristen yoga eller Cross-yoga, som det kaldes.

Veranstaltungsort: Hals Kirke, Østergade 32, Hals.

Gotved.

Do 7. Jul 2022 kl. 17-18.10

Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Aarupskolen, Møllebakken 31, Aarup.

Bedre psykiatri.

Do 7. Jul 2022 kl. 20:30

Er emnet for denne uges udgave af DampRadioens debatprogram: Ugens Aktuelle Gæst. Gæsten er: Elsebeth Gravgaard fra Roskilde Lejre Lokalfælles: Bedre Psykiatri Lyt: www.dampradioen.dk.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Roskilde DampRadio, Vestergade 17 1 sal, Roskilde.

Vægterandagter.

Do 7. Jul 2022 kl. 21

Hver aften i juli og august går Ringkøbings vægttere deres rundgang i byens gader.

Veranstaltungsort: Ringkøbing Kirke, Kirkepladsen 2, Ringkøbing.

Nausia + Smag På Dig Selv.

Do 7. Jul 2022 kl. 21-23

Glæd jer til en eklektisk blanding af krautrock, spirituel jazz, techno og drum'n'bass, ledsaget af specialdesignede visuals.

Preis: 120 kr.

Veranstaltungsort: Xenon, Huset-KBH, Rådhusstræde 13, København K.

Sommer Yoga og Meditation - Mellemtrin.

Do 7. Jul 2022 bis Do 28. Jul 2022 4 kursusdage kl. 17

Underviser: Anders Brysting.

Yogastillinger, åndedrætsøvelser, afspænding og meditation. Kurset er opbygget som et forløb, hvor du oplever en udvikling gennem hele kurset.

Preis: 720 kr.

Veranstaltungsort: Skandinavisk Yoga og Meditationsskole, Købmagergade 65, København K.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Fr 8. Jul 2022 09:00-10:00

Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op. Preis: Donationsbaseret. Veranstaltungsort: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Fr 8. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr.

Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Motion - godt for hjertet, hjernen og humøret.

Fr 8. Jul 2022 kl. 09-13

Kom og vær med til hyggelig motion, der er godt for hjertet, hjernen og humøret. Kontaktperson: Inge Cordtz, tlf. 2020 3238. Underviser: Mensendieck-lærer Ulla Greve Nielsen.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Frederiksberg Hospital, Portbygningen, Nordre Fasanvej 57, Frederiksberg.

Wellness i skoven - Sommerworkshop.

Sa 9. Jul 2022 10:00 - 14:30

Stress ned og stræk ud - vild frokost, skovfulness, urtepleje, urtevandring. Giv dig selv et skovretreat og få en bid af skoven med hjem i krop og sjæl.

Preis: 499 kr.

Veranstaltungsort: Skodsborg Station, Bøllelosevej 6, Skodsborg.

ACRO Yoga på Endelave - Nyhed i Aktiv Ø.

So 10. Jul 2022 12:00-13:00

Acroyoga er for hele familien. I acroyoga kan to f.eks. sammen lave øvelsen 'flyvemaskinen', som alle nok kender fra barn af. Her er to roller: den som bærer og den som flyver.

Kostenlos.

Veranstaltungsort: Endelave Skole,



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Gudstjeneste: Fromesse.

So 10. Jul 2022 kl. 09.30
Veranstaltungsort:
Håndværkerforeningens Plejehjem,
Håndværkerhaven 49, København NV.

Morgenyoga på kajen.

So 10. Jul 2022 kl. 10:00
Vi afholder morgenyoga på kajen, hvor du kan få gang i krop og sind under åben himmel med fantastisk udsigt over Inderhavnen. Og det er ganske gratis at deltage!
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Broens Gadekøkken, Strandgade 95, København K.

Sommerbalance - Yin / Restorativ yoga workshop.

Mo 11. Jul 2022 08:30-11.00
Under temaet Sommerbalance indbyder jeg til to workshops i juli. Jeg guider dig igennem en dejlig lang Yin Yoga praksis og workshoppen afsluttes med hvile i restorative yogastillinger - en skøn kombination i en tid hvor vi ofte er ret aktive.
Preis: 350 kr.
Veranstaltungsort: Mette Rexen Yoga, Niels Engersvej 5a, Il th, Fanø.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Mo 11. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Mo 11. Jul 2022 16:00-17:00
Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op.
Preis: Donationsbaseret.
Veranstaltungsort: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Traditionel tantra yoga - dynamisk yoga.

Mo 11. Jul 2022 16:30-17:45
Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.
Preis: 130 kr.
Veranstaltungsort: Shri Kali Danmark, Gammelløkkevej 4, Samsø.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Mo 11. Jul 2022 kl. 10-11.15 & 16-17.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.
Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gotved.

Mo 11. Jul 2022 kl. 10.45-11.55
Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Arena Assens, Rådhus Allé 25, Assens.

Yoga.

Mo 11. Jul 2022 kl. 12-13.15
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Arena Syd - Vamdrup Kultur & Fritidscenter, Idrætsvej 3, Vamdrup.

Stressfri Have - Et frirum for dig, der har stress.

Mo 11. Jul 2022 kl. 13
Stressfri Have er et gratis tilbud til dig, der er ramt af stress, stressrelateret angst eller depression. Og til dig, der gerne vil forebygge stress. Et frirum, hvor du kan finde ro.
Veranstaltungsort: Frederiksberg Sogns Menighedshus, Pile Allé 3, Frederiksberg.

SUP Yoga.

Mo 11. Jul 2022 kl. 16.30-17.45
SUP boardet er denne aften din yogamatte. SUP yoga udfordrer din balance og koncentration og aktiverer samtlige muskler i din krop. Yogøvelserne vil tilpasses niveau og kan sagtens udføres uden at falde i vandet.
Preis: 800 kr.
Veranstaltungsort: FDF Sejlcenter, Nørremøllevej 120, Viborg.

CS: GO / Mandag kl. 18:00-20:00 / Fra 12 år / ØVEDE.

Mo 11. Jul 2022 kl. 18-20
En generel træningssession er opbygget således: Gennemgang af regelsæt. Fysiske forebyggende øvelser (rygøvelser, hånd-yoga, etc.): 5 min. Strategi: 10 min. Matches: 45-90 min. (CS: GO). Fysiske øvelser/lege: 15 min.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Hældagerhallen, Nørremarksvej 157, Vejle Øst.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Di 12. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Sommeryoga i juli på Mississippi.

Di 12. Jul 2022 17.00-18.30
Instruktør Kirsten K. Gadegaard. Yoga i en praktisk form, hvor du lærer at hjælpe dig selv ved forskellige problemer. Læs mere - http://mississippi.dk/17872-1_Sommeryoga/.
Preis: 125 kr.
Veranstaltungsort: Mississippi, Jupitervej 26, Thyholm.

Late Night Yoga I Absalon.

Di 12. Jul 2022 21:00-22:30
Kom med og send sommersonen i seng med afslappende yoga til ambiente lydlandsaber.
Preis: 100 kr.
Veranstaltungsort: Folkehuset Absalon, Sønder Boulevard 73, København V.

Yoga.

Di 12. Jul 2022 kl. 08.30-09.30
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Pulzion (KFUM

Hallerne), Peter Tofts Vej 21, Kolding.

Gotved.

Di 12. Jul 2022 kl. 09-10.10
Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Glamsbjerg Fritidscenter, Mågevej 7, Glamsbjerg.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Di 12. Jul 2022 kl. 10-11.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.
Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gotved - special.

Di 12. Jul 2022 kl. 10.30-11.40
Gotved - motion med det hele - specialhold. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Glamsbjerg Fritidscenter, Mågevej 7, Glamsbjerg.

Lydhealing og dyb afspænding.

Di 12. Jul 2022 kl. 10.30-11.45
I lydhealing og afspænding arbejder vi med kroppen gennem lange blodgørende stræk, der forløser blokeringer og styrker organerne og sindet. Der åbnes til din livsenergi, så den kan flyde frit i kroppen.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Energii, Bernhard Bangs Alle 31, Frederiksberg.

Gudstjeneste.

Di 12. Jul 2022 kl. 14
Veranstaltungsort: Plejehjem Enggården, Engløkke 30, Bylderup-Bov.

Gudstjeneste på plejehjem - Fremtidens Plejehjem.

Di 12. Jul 2022 kl. 14-15
Veranstaltungsort: Fremtidens Plejehjem, Carl Klitgaards Vej 5, Nørresundby.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Mi 13. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Yoga ved stranden.

Mi 13. Jul 2022 18:30-20:00
Tag din yogamatte med til stranden, mærk vinden i håret og sandet under fødderne.
Preis: 90 kr.
Veranstaltungsort: Stilling Strand, Rosenvej 6, Slagelse.

Yoga.

Mi 13. Jul 2022 kl. 12-13.15 & 13.30-14.45
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Stressfri i gårdhaven.

Mi 13. Jul 2022 kl. 13
Stressfri er et gratis tilbud til dig, der er ramt af stress, stressrelateret angst eller depression - og til dig, der gerne vil forebygge stress. Vi dyrker grøntsager og blomster og mediterer sammen - og skaber et helende nærvær.
Veranstaltungsort: Apostelkirken, Saxogade 13, København V.

Gudstjeneste: Østervang Plejehjem.

Mi 13. Jul 2022 kl. 14.30
Veranstaltungsort: Østervang plejehjem, Storegade 2, Klovborg.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Mi 13. Jul 2022 kl. 16-17.15 & 10-11.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.
Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Skovfitness unge/voksne.

Mi 13. Jul 2022 kl. 17.30-18.30
I skoven er der masser af udfordringer, som gør træningen sjov og afvekslende. Træning i naturen forebygger stress og giver en god nattesøvn og du får styrket dine knogler og muskler. Får pulsen op og styrket kredsløbet.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Tommerup Bibliotek, Tølløsevej 85, Tommerup.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Do 14. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Udendørs sommeryoga på Anneberghus.

Do 14. Jul 2022 10:30 - 12:00
Har du, ligesom mange andre haft en travl vinter og forår? Måske har du ligefrem brug for at komme helt ned i tempo på en blid måde. Så du kan gå sommerferien i møde med fuldstændig ro i kroppen? Så er MediYoga ganske sikkert lige noget for dig.
Preis: 125 pr gang eller 400 for alle 4 gange.
Veranstaltungsort: Anneberghus, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.

Hathayoga med Merethe - Aktiv Ø.

Do 14. Jul 2022 10:30-12:00
Hatha yoga for alle. Medbring evt. måtte og ikklæd dig behageligt, løstsiddende tøj.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Endelave Skole, Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga.

Do 14. Jul 2022 17:00-18:30
Preis: Fra 120 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Traditionel tantra yoga - meditativ yoga.

Do 14. Jul 2022 17:30-19:00
Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.
Preis: 150 kr.
Veranstaltungsort: Shri Kali Danmark, Gammelløkkevej 4, Samsø.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Morgen yoga og brunch.

Do 14. Jul 2022 kl. 09-10

Til wake up PMT yoga kan du starte dagen godt ud med en times yoga med psykomotoriske terapeut Linette.

Preis: 85 kr.

Veranstaltungsart: Spinderihallerne, Spinderigade 11, Vejle.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Do 14. Jul 2022 kl. 10-11.15

Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.

Veranstaltungsart: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gudstjeneste på Toftebo.

Do 14. Jul 2022 kl. 10-11.30

Veranstaltungsart: Toftebo Plejehjem, Toftebovej 7B, Græsted.

Naturtræning-hold hjernen frisk.

Do 14. Jul 2022 kl. 10-12

Holdet er for voksne og seniorer, der har lyst til at bevæge sig i naturen, også for dem der af den ene eller anden grund er fysisk eller mentalt udfordret. Det være sig stress, depression, demens, nedsat bevægelighed, aldring, KOL bl.a.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Tommerup Bibliotek, Tallerupvej 85, Tommerup.

Yoga.

Do 14. Jul 2022 kl. 11-12.15

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Yoga.

Do 14. Jul 2022 kl. 12.30-13.30

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Plejehjemsgudstjeneste.

Do 14. Jul 2022 kl. 14

Ved Tania Dondes Christensen på Vorup Plejehjem.

Veranstaltungsart: Vorup Plejehjem, Bøsbrovej 70, Randers SV.

Cross-yoga.

Do 14. Jul 2022 kl. 17-18

Torsdage fra 17.00-18.00 på følgende datoer: Den 16., 22. (onsdag) og 30. juni samt den 7. og 14. juli. Som noget helt nyt introducerede vi sidste år kristen yoga eller Cross-yoga, som det kaldes. Veranstaaltungsart: Hals Kirke, Østergade 32, Hals.

Gotved.

Do 14. Jul 2022 kl. 17-18.10

Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Aarupskolen, Møllebakken 31, Aarup.

Det Grænseløse Køkken & Live Vinyasa.

Do 14. Jul 2022 kl. 17-23

Sommer og lyse nætter betyder fællesskab, nye bekendtskaber, mad under åben himmel og glade dage. Derfor inviterer Havmøllen og Det Grænseløse Køkken til fællesspisninger og koncerter hver torsdag i sommerperioden fra d. 23. juni - 4 august.

Preis: 150-275 kr.

Veranstaltungsart: Havmøllen, Havmøllevej 12, Ebeltoft.

Vægterandagt.

Do 14. Jul 2022 kl. 21-21.30

Hver aften i juli og august går Ringkøbings vægtene deres rundgang i byens gader.

Veranstaltungsart: Ringkøbing Kirke, Kirkepladsen 2, Ringkøbing.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Fr 15. Jul 2022 09:00-10:00

Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op.

Preis: Donationsbaseret. Veranstaaltungsart: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Fr 15. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr. Veranstaaltungsart: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Motion - godt for hjertet, hjernen og humøret.

Fr 15. Jul 2022 kl. 09-13

Kom og vær med til hyggelig motion, der er godt for hjertet, hjernen og humøret. Kontaktperson: Inge Cordtz, tlf. 2020 3238. Underviser: Mensendieck-lærer Ulla Greve Nielsen.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Frederiksberg Hospital, Portbygningen, Nordre Fasanvej 57, Frederiksberg.

Kreativ sommerworkshop kollage.

Fr 15. Jul 2022 kl. 15:00

Kreativ eventyrlig sommerworkshop, hvor vi arbejder med kollage i en lille gruppe (maks. 4). Vi starter i naturen med en kort gåtur for at få inspiration og går så til klinikken på Algade 28a, for at arbejde med kollage. Alle kan være med.

Preis: 450 kr.

Veranstaltungsart: Everdinck Kunst & Terapi, Algade 28a, 2.tv., Roskilde.

ACRO Yoga på Endelave - Nyhed i Aktiv Ø.

So 17. Jul 2022 12:00-13:00

Acroyoga er for hele familien. I acroyoga kan to f.eks. sammen lave øvelsen 'flyvemaskinen', som alle nok kender fra barn af. Her er to roller: den som bærer og den som flyver.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Endelave Skole, Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Behandler - beskyt dig selv.

So 17. Jul 2022 kl. 09-13

I kontakten med andre mennesker og behandlinger, især behandling med direkte kontakt som akupressur, massage, og akupunktur, kan det betragtes som den intervention, der udføres af behandleren til patienten. Veranstaaltungsart: AkupunkturAkademiet, Industriområdet 15, Hovedgård.

Gudstjeneste: Fromesse.

So 17. Jul 2022 kl. 09.30

Veranstaltungsart: Håndværkerforeningens Plejehjem, Håndværkerhaven 49, København NV.

Bamai QiGong: Feed back dag.

So 17. Jul 2022 kl. 10-17

Efter at have dyrket QiGong i en periode, og måske også undervist i metoden, er det vigtigt til at møde sin mester igen for at modtage feedback. Mange ting kan ske, når man praktiserer på egen hånd. Noget er gode fremskridt, andet måske dårlige vaner.

Veranstaltungsart: AkupunkturAkademiet, Industriområdet 15, Hovedgård.

Sommerbalance - Yin / Restorativ yoga workshop.

Mo 18. Jul 2022 08:30-11.00

Under temaet Sommerbalance indbyder jeg til to workshops i juli. Jeg guider dig igennem en dejlig lang Yin Yoga praksis og workshoppen afsluttes med hvile i restorative yogastillinger - en skøn kombination i en tid hvor vi ofte er ret aktive.

Preis: 350 kr.

Veranstaltungsart: Mette Rexen Yoga, Niels Engersvej 5a, Il th, Fanø.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Mo 18. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr.

Veranstaltungsart: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Mo 18. Jul 2022 16:00-17:00

Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op.

Preis: Donationsbaseret.

Veranstaltungsart: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Traditionel tantra yoga - dynamisk yoga.

Mo 18. Jul 2022 16:30-17:45

Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.

Preis: 130 kr.

Veranstaltungsart: Shri Kali Danmark, Gammeløkkevej 4, Samsø.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Mo 18. Jul 2022 kl. 10-11.15 & 16-17.15

Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.

Veranstaltungsart: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gotved.

Mo 18. Jul 2022 kl. 10.45-11.55

Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Arena Assens, Rådhus Allé 25, Assens.

Yoga.

Mo 18. Jul 2022 kl. 12-13.15

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Arena Syd - Vamdrup Kultur & Fritidscenter, Idrætsvej 3, Vamdrup.

SUP Yoga.

Mo 18. Jul 2022 kl. 16.30-17.45

SUP boardet er denne aften din yogamatte. SUP yoga udfordrer din balance og koncentration og aktiverer samtlige muskler i din krop. Yogaøvelserne vil tilpasses niveau og kan sagtens udføres uden at falde i vandet.

Preis: 800 kr.

Veranstaltungsart: FDF Sejlcenter, Nørremøllevej 120, Viborg.

CS: GO / Mandag kl. 18:00-20:00 / Fra 12 år / ØVEDE.

Mo 18. Jul 2022 kl. 18-20

En generel træningssession er opbygget således: Gennemgang af regelsæt.

Fysiske forebyggende øvelser

(rygøvelser, hånd-yoga, etc.): 5 min.

Strategi: 10 min. Matches: 45-90 min.

(CS: GO). Fysiske øvelser/lege: 15 min.

Kostenlos.

Veranstaltungsart: Hældagerhallen, Nørremærksvej 157, Vejle Øst.

Sommer - Daghold - Begyndere og fortsættende.

Mo 18. Jul 2022 bis Fr 29. Jul 2022 10 kursusdage kl. 10

Underviser: Anders Brysting.

Yogastillinger, åndedrætsøvelser, afspænding og meditation. Som elev på det intensive daghold kommer du til at deltage i en levende proces som giver dig mulighed for at opdage noget nyt i dig selv.

Preis: 1295 kr.

Veranstaltungsart: Skandinavisk Yoga og Meditationsskole, Købmagergade 65, København K.

Sommer Yoga og Meditation - Melletrin/forts - også online.

Mo 18. Jul 2022 bis Mo 8. Aug 2022 4 kursusdage kl. 17

Underviser: Franz Jervidal.

Yogastillinger, åndedrætsøvelser, afspænding og meditation. Kurset er opbygget som et forløb, hvor du oplever en udvikling gennem hele kurset.

Preis: 720 kr.

Veranstaltungsart: Skandinavisk Yoga og Meditationsskole, Købmagergade 65, København K.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Di 19. Jul 2022 09:00-10:45

Preis: Fra 150 kr.

Veranstaltungsart: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Late Night Yoga I Absalon.

Di 19. Jul 2022 21:00-22:30
Kom med og send sommersolen i seng med afslappende yoga til ambiente lydlandskaber.

Preis: 100 kr.
Veranstaltungsort: Folkehuset Absalon, Sønder Boulevard 73, København V.

Himmelhop - Koncert med Ray-Ray.

Di 19. Jul 2022 Fra 13 - 15
Glæd dig til denne dag, hvor Ray-Ray kommer til Himmelbjerget med sang og musik i ægte Hawaii-stil! Der må hoppes, danses, synges, surfes, svømmes og lige hvad du kan finde på, og tag bare hele familien med.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Himmelbjerget, Himmelbjergvej 20, Ry.

Yoga.

Di 19. Jul 2022 kl. 08.30-09.30
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Pulzion (KFUM Halleerne), Peter Tofts Vej 21, Kolding.

Gotved.

Di 19. Jul 2022 kl. 09-10.10
Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Glamsbjerg Fritidscenter, Mågevej 7, Glamsbjerg.

Yoga og kunst: Yoga i gården V.

Yogalærer Kirsten Wej Modvig.
Di 19. Jul 2022 kl. 10

Kom til sommeryoga i Sorø Kunstmuseums gårdhave! I sommerferien har vi arrangeret to unikke kunst- og yoga-arrangementer i samarbejde med yogalærer Kirsten Wej Modvig fra virksomheden 'Yoga for din indre ro'.

Preis: 90-100 kr.
Veranstaltungsort: Sorø Kunstmuseum, Storgade 9, Sorø.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Di 19. Jul 2022 kl. 10-11.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.

Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Gotved - special.

Di 19. Jul 2022 kl. 10.30-11.40
Gotved - motion med det hele - specialhold. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Glamsbjerg Fritidscenter, Mågevej 7, Glamsbjerg.

Lydhealing og dyb afspænding.

Di 19. Jul 2022 kl. 10.30-11.45
I lydhealing og afspænding arbejder vi med kroppen gennem lange blødgørende stræk, der forløser blokeringer og styrker organerne og sindet. Der åbnes til din livsenergi, så den kan flyde frit i kroppen.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Energi, Bernhard Bangs Alle 31, Frederiksberg.

Plejhjemsgudstjeneste.

Di 19. Jul 2022 kl. 14-15
Veranstaltungsort: Lindholm Plejehjem, Bendtsensvej 13, Nørresundby.

Bevægelsesfestival 2022 i Torup.

Di 19. Jul 2022 bis Do 21. Jul 2022 10 kursusdage kl. 10

Underviser: Ellen Berring.
Bevægelsesfestival i Torup 2022 - den 19., 20. og 21. Juli.
Preis: 500 kr.
Veranstaltungsort: Center for kropkultur, Hågendrupvej 6a, Hundested.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Mi 20. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Yoga ved stranden.

Mi 20. Jul 2022 18:30-20:00
Tag din yogamatte med til stranden, mærk vinden i håret og sandet under fødderne.
Preis: 90 kr.
Veranstaltungsort: Stilling Strand, Rosenvej 6, Slagelse.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Mi 20. Jul 2022 kl. 10-11.15 & 16-17.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.
Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Yoga.

Mi 20. Jul 2022 kl. 12-13.15 & 13.30-14.45
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Skovfitness unge/voksne.

Mi 20. Jul 2022 kl. 17.30-18.30
I skoven er der masser af udfordringer, som gør træningen sjov og afvekslende. Træning i naturen forebygger stress og giver en god nattesøvn og du får styrket dine knogler og muskler. Får pulsen op og styrket kredsløbet.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Tommerup Bibliotek, Tøndervej 85, Tommerup.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Do 21. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Udendørs sommeryoga på Anneberghus.

Do 21. Jul 2022 10:30 - 12:00
Har du, ligesom mange andre haft en travl vinter og forår? Måske har du ligefrem brug for at komme helt ned i tempo på en blid måde. Så du kan gå sommerferien i møde med fuldstændig ro i kroppen? Så er MediYoga ganske sikkert lige noget for dig.
Preis: 125 pr gang eller 400 for alle 4 gange.
Veranstaltungsort: Anneberghus, Egebjergvej 162, Nykøbing Sj.

Hathayoga med Merethe - Aktiv Ø.

Do 21. Jul 2022 10:30-12:00
Hatha yoga for alle. Medbring evt. måtte og iklæd dig behageligt, løstsiddende tøj.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Endelave Skole, Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga.

Do 21. Jul 2022 17:00-18:30
Preis: Fra 120 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.

Traditionel tantra yoga - meditativ yoga.

Do 21. Jul 2022 17:30-19:00
Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.
Preis: 150 kr.
Veranstaltungsort: Shri Kali Danmark, Gammelløkkevej 4, Samsø.

Morgenyoga.

Do 21. Jul 2022 kl. 09-10
Til wake up PMT yoga kan du starte dagen godt ud med en times yoga med psykomotoriske terapeut Linette.
Veranstaltungsort: Spinderihallerne, Spinderigade 11, Vejle.

Yoga og kunst: Yoga i gården V.

Yogalærer Kirsten Wej Modvig.
Do 21. Jul 2022 kl. 10
Kom til sommeryoga i Sorø Kunstmuseums gårdhave! I sommerferien har vi arrangeret to unikke kunst- og yoga-arrangementer i samarbejde med yogalærer Kirsten Wej Modvig fra virksomheden 'Yoga for din indre ro'.

Preis: 90-100 kr.
Veranstaltungsort: Sorø Kunstmuseum, Storgade 9, Sorø.

Yinpower - en yogastil for strandløver og badenymfer.

Do 21. Jul 2022 kl. 10-11.15
Oplev den kraftfulde side af Yin yoga, og hvordan dette kommer krop og sind til gode gennem hendes undervisning. Yin yoga med Kristine er for alle med en krop og handler om investering i dit eget helbred, ikke om du kan få benet rundt om nakken.
Veranstaltungsort: Sønder Klitvej 39, Sønder Klitvej 39, Hvide Sande.

Naturtræning-hold hjernen frisk.

Do 21. Jul 2022 kl. 10-12
Holdet er for voksne og seniorer, der har lyst til at bevæge sig i naturen, også for dem der af den ene eller anden grund er fysisk eller mentalt udfordret. Det være sig stress, depression, demens, nedsat bevægelighed, aldring, KOL bl.a.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Tommerup Bibliotek, Tøndervej 85, Tommerup.

Yoga.

Do 21. Jul 2022 kl. 11-12.15
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Yoga.

Do 21. Jul 2022 kl. 12.30-13.30
Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.
Kostenlos.
Veranstaltungsort: Parkhallen, Fynsvej 49, Kolding.

Gotved.

Do 21. Jul 2022 kl. 17-18.10
Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.
Veranstaltungsort: Aarupskolen, Møllebakken 31, Aarup.

Yoga tre aftner i højsæsonen.

Do 21. Jul 2022 kl. 19-20
Kaldet alle kvinder og mænd til Outdoor YOGA på Birkelund Camping & Outdoor. Ferie drejer sig i altoverskyggende grad om at komme ned i gear. Vil du ned i det absolut laveste gear, så deltag i sommerens yoga på campingpladsen.
Veranstaltungsort: Birkelund Camping & Outdoor, Vardevej 79, Tarm.

Vægterandagt.

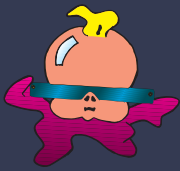
Do 21. Jul 2022 kl. 21-21.30
Hver aften i juli og august går Ringkøbings vægttere deres rundgang i byens gader.
Veranstaltungsort: Ringkøbing Kirke, Kirkepladsen 2, Ringkøbing.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Fr 22. Jul 2022 09:00-10:00
Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op.
Preis: Donationsbaseret.
Veranstaltungsort: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Samsø Sommer Yoga - Yin Yoga & Lyd.

Fr 22. Jul 2022 09:00-10:45
Preis: Fra 150 kr.
Veranstaltungsort: Charlotte Schultz Design, Ringvejen 1, Samsø.



KultuNaut

Den elektroniske kulturguide

Motion - godt for hjertet, hjernen og humøret.

Fr 22. Jul 2022 kl. 09-13

Kom og vær med til hyggelig motion, der er godt for hjertet, hjernen og humøret. Kontaktperson: Inge Cordtz, tlf. 2020 3238. Underviser: Mensendieck-lærer Ulla Greve Nielsen.

Kostenlos.

Veranstningsort: Frederiksberg Hospital, Portbygningen, Nordre Fasanvej 57, Frederiksberg.

Yoga'n breakfast.

Sa 23. Jul 2022 kl. 07.30-10

Vil du starte din dag med skøn yoga på stranden i Løkken?. En times skøn yogastræk på stranden og afslapning - efterfulgt af dejlig morgenmad på Kallehavegård Badehotel.

Preis: 250 kr.

Veranstningsort: Løkken Strand, Sdr Strandvej, Løkken.

Bamai QiGong: 2 dages introduktion.

Sa 23. Jul 2022 kl. 10-17

Arrangementsbeskrivelse. Bamai Qi Gong: 2 dages introduktion. Denne weekend er for dig, der overvejer at tage hele Qi Gong kurset nu eller senere.

Veranstningsort:

AkupunkturAkademiet, Industriområdet 15, Hovedgård.

Naturterapi med overnatning.

Sa 23. Jul 2022 bis Do 28. Jul 2022 kl. 15-15

Vi ror i kajak for begyndere, står på SUP-board og praktiser mindfulness og yoga i naturen. Har du ingen erfaring med kajak og SUP-board får du også instruktion i det, så du behøver ingen erfaring på forhånd.

Preis: Fra 4680.

Veranstningsort: Gl. Rye Teltplads, Gl Ryevej 42, Ry.

Gudstjeneste: Fromesse.

So 24. Jul 2022 kl. 09.30

Veranstningsort:

Håndværkerforeningens Plejehjem, Håndværkerhaven 49, København NV.

Outdoor Yoga på Vigen strandpark.

So 24. Jul 2022 kl. 09.45-11

Kom med på en fantastisk YOGA oplevelse i Nationalpark Skjoldungernes Land når vi laver yoga i det fri på første parket ud til Roskilde fjord.

Veranstningsort: Vigen Strandpark, Baunehøjvej 7, Veddelev, Roskilde.

Morgenyoga på kajen.

So 24. Jul 2022 kl. 10:00

Vi afholder morgenyoga på kajen, hvor du kan få gang i krop og sind under åben himmel med fantastisk udsigt over Inderhavnen. Og det er ganske gratis at deltage!

Kostenlos.

Veranstningsort: Broens Gadekøkken, Strandgade 95, København K.

SUP Yoga ved Vigen.

So 24. Jul 2022 kl. 11.30-13

Kom med på en fantastisk YOGA oplevelse i Nationalpark Skjoldungernes Land med Yoga på et paddleboard. En magisk naturoplevelse.

Veranstningsort: Vigen Strandpark, Baunehøjvej 7, Veddelev, Roskilde.

Yoga under åben himmel i Juli + August.

Mo 25. Jul 2022 16:00-17:00

Kom med ud og lav skøn yoga under åben himmel, med udsigt til Svendborg Sund. Der undervises på et niveau hvor alle kan deltage uanset erfaring. Ingen tilmelding nødvendig, mød bare op.

Preis: Donationsbaseret.

Veranstningsort: Sankt Jørgens Park, Brydegårdsvej 17, Svendborg.

Traditionel tantra yoga - dynamisk yoga.

Mo 25. Jul 2022 16:30-17:45

Bring sundhed og velvære ind i din hverdag.

Preis: 130 kr.

Veranstningsort: Shri Kali Danmark, Gammeløkkevej 4, Samsø.

Gotved.

Mo 25. Jul 2022 kl. 10.45-11.55

Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.

Veranstningsort: Arena Assens, Rådhus Allé 25, Assens.

Yoga.

Mo 25. Jul 2022 kl. 12-13.15

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstningsort: Arena Syd - Vamdrup Kultur & Fritidscenter, Idrætsvej 3, Vamdrup.

SUP Yoga.

Mo 25. Jul 2022 kl. 16.30-17.45

SUP boardet er denne aften din yogamatte. SUP yoga udfordrer din balance og koncentration og aktiverer samtlige muskler i din krop. Yogaøvelserne vil tilpasses niveau og kan sagtens udføres uden at falde i vandet.

Preis: 800 kr.

Veranstningsort: FDF Sejlcenter, Nørremøllevej 120, Viborg.

CS: GO / Mandag kl. 18:00-20:00 / Fra 12 år / ØVEDE.

Mo 25. Jul 2022 kl. 18-20

En generel træningssession er opbygget således: Gennemgang af regelsæt. Fysiske forebyggende øvelser (rygøvelser, hånd-yoga, etc.): 5 min. Strategi: 10 min. Matches: 45-90 min. (CS: GO). Fysiske øvelser/lege: 15 min.

Kostenlos.

Veranstningsort: Hældagerhallen,

Nørremarksvej 157, Vejle Øst.

Hathayoga med Merethe - Aktiv Ø.

Di 26. Jul 2022 10:30-12:00

Hatha yoga for alle. Medbring evt. måtte og iklæd dig behageligt, løstsiddende tøj.

Kostenlos.

Veranstningsort: Endelave Skole,

Kongevejen 26-30, Endelave, Endelave.

Late Night Yoga i Absalon.

Di 26. Jul 2022 21:00-22:30

Kom med og send sommersolen i seng med afslappende yoga til ambiente lydlandskaber.

Preis: 100 kr.

Veranstningsort: Folkehuset Absalon, Sønder Boulevard 73, København V.

Yoga.

Di 26. Jul 2022 kl. 08.30-09.30

Deltagerne på holdene giver udtryk for, at hele kroppen bliver arbejdet godt igennem i et roligt tempo, at de kommer ud i yderstillinger og bliver mere smidige.

Kostenlos.

Veranstningsort: Pulzion (KFUM Halleerne), Peter Tofts Vej 21, Kolding.

Gotved.

Di 26. Jul 2022 kl. 09-10.10

Motion med det hele. Vil du i form uden overbelastning, lære at bruge dig selv bedre, samt nedsætte risikoen for stress og andre livsstilssygdomme?.

Kostenlos.

Veranstningsort: Glamsbjerg

Fritidscenter, Mågevej 7, Glamsbjerg.