



www.begleiten-mit-yoga.de 



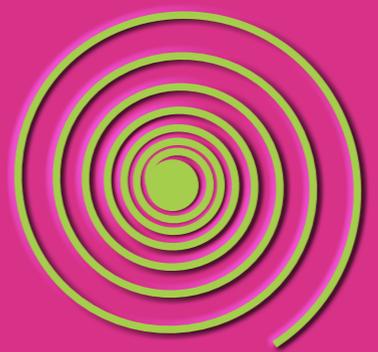
*Ich freue mich,
Dich mit meiner über 20 Jahre langen
Erfahrung als Yogalehrerin (BDYoga), Yoga-
therapeutin, psychologische Beraterin und
dipl. TriloChi®-Kursleiterin mit Bewegung
und Entspannung zu begleiten.*

*Mit meiner Energie-Einzelarbeit unterstütze
ich Dich mit HerzLiebe® dabei, „Altes los-
zulassen und Neues zu wagen“ um Deinem
persönlichen Seelenweg zu folgen.*

*Namaste
Jeannette Rokahr*



*Jeannette Rokahr
Yogalehrerin BDY/EYU
0173/2450462
info@begleiten-mit-yoga.de*



www.begleiten-mit-yoga.de

Yoga am Meer

2026
Klappholtal auf Sylt



*Gesundheitsförderung
durch
Bewegung
Entspannung
und Achtsamkeit*



Anmeldung für Yoga am Meer Sylt 2026

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgendes Yogaseminar auf Sylt in der Akademie am Meer an. Die Seminargebühr über **295 €** inkl. MwSt. habe ich überwiesen.

Frühling: **21.03. - 28.03.2026**
 Herbst: **18.10. - 25.10.2026**
 Winter: **27.11. - 04.12.2026**

Nachname: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Strasse: _____

PLZ und Ort: _____

Tel.: _____

email: _____

Doppelzimmer: Häuschen:
 Einzelzimmer:

Mit der Weitergabe meiner Anmelde-daten an die Akademie am Meer zur Aufenthalts-und Veranstaltungsorganisation bin ich einverstanden.

Datum/Unterschrift: _____



Liebe Yogafreundinnen und Yogafreunde,

im Jahr 2026 biete ich Yogaseminare auf Sylt in der Akademie am Meer im schönen Klappholtal an. www.akademie-am-meer.de

Das Klappholtal liegt im Nordwesten der Insel zwischen Kampen und List in sehr ruhiger Lage am Rande des Sylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand, inmitten der einmaligen Dünenlandschaft.

Die Unterkunft erfolgt auf Wunsch in einfachen Einzel- oder Doppelzimmern mit fließend warm und kaltem Wasser. Bei einigen Zimmern sind Duschen und WC in unmittelbarer Nähe.

Die Kosten für Unterkunft und Vollverpflegung betragen im **März/Oktober** DZ 72 € / EZ 93 €, im **Nov./Dez.:** DZ 64 € / EZ 85 € **pro Tag/Person.** Hinzu kommt eine Höregebühr von 7 € und die übliche Kurtaxe von 1,50 € jeweils pro Person/Tag. (Die jährliche Preisanpassung wird erst im Januar 2026 durch die Kurverwaltung bekanntgegeben).*

Die Seminargebühren für den Yogaunterricht und die Organisation betragen **295 €** inkl. MwSt.

Der Yogaunterricht findet morgens und abends vor den Mahlzeiten statt. Bei schönem Wetter auch am Strand.

Die Yogaseminare gestalten sich nach Jahreszeiten sowie den Möglichkeiten und Einschränkungen der Teilnehmenden. Du kannst in dieser Woche Leichtigkeit, Freude, Lebendigkeit und Stille, Bewegung und Entspannung ganz individuell erleben. TriLoChi®, Prana-Atmen am Meer, Meditationen und geführte Imaginationen bereichern Dich auf Deinem persönlichen Yogaweg.

Die Mahlzeiten nehmen wir gemeinsam zu regelmäßigen Zeiten ein. Die weitere Zeit steht Dir für Strandspaziergänge, Inselerkundungen oder zum Faulenzen zur freien Verfügung. Fahrräder können in der Akademie am Meer gemietet werden.

Maximale Teilnehmerzahl: **14**

Bitte richte Deine Anmeldung schriftlich, möglichst bald, bis spätestens 3 Monate vor Seminarbeginn an:

Jeannette Rokahr
 Osterstrasse 37
 31848 Bad Münde
 mail: info@begleiten-mit-yoga.de

Bei Anmeldung überweise bitte die Seminargebühr in Höhe von **295 €** inkl. MwSt. auf folgendes Konto:

Postbank
IBAN: DE97 4401 0046 0183 0944 62
 Kto. Inhaber: Jeannette Rokahr
 Verwendungszweck: Yoga am Meer - Sylt 2026

Der Betrag für Unterkunft, Verpflegung, Höregebühr und Kurtaxe ist bis spätestens 8 Wochen vor Seminarbeginn direkt auf das Konto der Akademie zu überweisen:

IBAN: DE31 2175 0000 0030 0077 77
BIC: NOLA DE 21 NOS Nord-Ostsee Sparkasse

Für März/Okt.: **EZ 710,50 € / DZ 563,50 € (7 ÜN)***
 Für Nov./Dez.: **EZ 654,50 € / DZ 507,50 € (7 ÜN)***

* mögliche Preisänderungen teile ich zeitnah mit

Bei Absage bis 6 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von **60 €** einbehalten. Bei späterer Absage sind die vollen Kosten zu tragen. Bei Rückfragen wende Dich bitte direkt an mich:

Jeannette Rokahr
 mobil: 0173/2450462
 mail: info@begleiten-mit-yoga.de