

UNSERE INSEL- SEMINARE

AUSFÜHRLICHE AUSSCHREIBUNG

**Yoga auf Borkum
27.02.-01.03.2026**



**IM MEER DER SEELE LIEGT DIE INSEL
GLÜCKSELIGKEIT.**

ANKE MAGGAUER-KIRSCHKE

Yoga auf Borkum

Wochenendseminar

Ein Wochenende auf der Nordseeinsel Borkum – dem Wind und den Wellen lauschen – Zeit für sich selbst – Zeit für Yoga.

An diesem Wochenende haben Sie die Möglichkeit den Facettenreichtum von Yoga kennenzulernen, die Asanapraxis (Körperübungen), Pranayana (Atemübungen und Atemtechniken) sowie Meditation, Entspannungs- und Dehnübungen bringen Körper, Geist und Seele wieder ins Gleichgewicht.

Untergebracht sind Sie im **Herzen der Insel im Haus "Alter Leuchtturm"** in **Einzel- oder Doppelzimmern** mit Bad und **Vollverpflegung**. Der Unterricht wird in den Seminarräumen des Alten Leuchtturms stattfinden. Zeit zur freien Verfügung ist außerdem eingeplant.

Geplanter Programmablauf

Freitag, 27.02.2026

zwischen 08:00 Uhr
und 12:00 Uhr

Abfahrt Eemshaven mit der Fähre nach
Borkum (Dauer ca. 50 min)

anschließend

Transport mit der Inselbahn zum Bahnhof
Borkum, kurzer Fußmarsch zur Unterkunft

ca. 13:45 Uhr

Zimmerverteilung, Kaffeepause

16:00 Uhr

Ankommen und mit Körper und Geist in
Bewegung kommen.

18:00 Uhr

Abendessen

19:00 bis 20:15 Uhr

Entspannungsübungen

Samstag, 28.02.2026

08:00 bis 09:30 Uhr

Frühstück

09:30 bis 12:15 Uhr

Varianten des Yoga

12:15 Uhr

Mittagessen

ab ca. 13:00 Uhr

Zeit zur freien Verfügung

16:00 bis 18:00 Uhr

Wissenswertes zum Thema Atmung und
Atemübungen

18:00 Uhr

Abendessen

19:00 bis 20:15 Uhr

Yoga und Meditation

Sonntag, 01.03.2026

07:30 bis 08:30 Uhr	Frühstück
bis 09:00 Uhr	Zimmerräumung
09:15 bis 12:15 Uhr	Programm nach Absprache und nach Wünschen der Teilnehmenden
12:15 Uhr	Mittagessen
13:30 Uhr	Abfahrt Bahnhof Borkum mit der Inselbahn zum Hafen

Zeit- oder Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Leitung: Kerstin Schlimme

Yogalehrerin, Trainerin im Gesundheitssport, Entspannungstrainerin

Kosten pro Person

439,00 €	Unterbringung im Einzelzimmer
399,00 €	Unterbringung im Doppelzimmer

Inklusivleistungen

- Hin- und Rückfahrt mit der Fähre ab Eemshaven (NL)/Borkum
- Transport vom Fährhafen zum Bahnhof Borkum und zurück
- 2 Übernachtungen in Einzel- oder Doppelzimmern mit Bad und Vollverpflegung
- Kursgebühren
- Kurtaxe
- Reiserücktrittsversicherung
- Matten- und Deckennutzung

Mitzubringen

- Wetterfeste warme Kleidung inklusive strandfähiger Schuhe
- großes Handtuch, bequeme Sportkleidung, dicke Socken
- Schreibzeug

Weitere Einzelheiten zum Wochenendseminar

Die An- und Abreise zum Fährhafen Eemshaven (NL) ist in den o. g. Kosten **nicht** enthalten. Da Fahrgemeinschaften die kostengünstigste Variante sind, übernehmen wir mit Ihrer Hilfe die Planung dazu.

Beratung und Information zum Wochenendseminar

Eva-Maria Leuschner

Tel.-Nr.: 0591 91202-500,

E-Mail: e.leuschner@vhs-lingen.de

Sylvia Bartling

Tel. Nr.: 0591 91202-510,

E-Mail: s.bartling@vhs-lingen.de

Teilnahmebedingungen

für das Wochenendseminar

„Yoga auf Borkum“

vom 27.02. bis 01.03.2026 der VHS Lingen gGmbH

Soweit in diesen allgemeinen Teilnahmebedingungen die männliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Bedingungen gelten gleichermaßen auch für weibliche Teilnehmerinnen.

Anmeldung

Für die Teilnahme an dem Wochenendseminar „Yoga auf Borkum“ ist eine schriftliche Anmeldung in Papierform bei der Volkshochschule Lingen gGmbH, Elsterstraße 1, 49808 Lingen (VHS) vorzunehmen.

Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Sie erhalten direkt im Anschluss eine schriftliche Anmeldebestätigung von uns.

Anmeldeschluss für dieses Wochenendseminar ist der 05.12.2025.

Veranstaltungsgebühr

Der Teilnehmer verpflichtet sich zur pünktlichen Zahlung der Veranstaltungsgebühr und erteilt der VHS eine Einzugsermächtigung. Mit der Anmeldung wird eine Anzahlung von 70,00 € fällig. Der Restbetrag wird am 09.01.2026 fällig.

Teilnahmeberechtigt am Wochenendseminar sind nur Personen, die die komplette Veranstaltungsgebühr bezahlt haben.

Rücktritt von der Anmeldung

Dieses Wochenendseminar setzt sich aus einem Kursangebot der VHS Lingen gGmbH sowie fremder Leistungen Dritter (z.B. Unterkunft und Verpflegung) zusammen.

Der Teilnehmer kann vom Wochenendseminar „Yoga auf Borkum“ unter Beachtung der Stornogebühren zurücktreten.

Der Rücktritt muss **schriftlich per Einschreiben** gegenüber der VHS (Anschrift: Volkshochschule Lingen gGmbH, Elsterstraße 1, 49808 Lingen) erklärt werden. Für die Berechnung der Stornogebühren ist der **Posteingang bei der VHS** maßgeblich. Eine mögliche Anmeldegebühr (Anzahlung) wird dabei angerechnet.

Reiserücktrittsversicherung: In gesonderten Fällen (z.B. schwere Erkrankung, Schwangerschaft usw.) greift die Reiserücktrittsversicherung. Der Eigenanteil liegt bei 20 % der Gesamtreisekosten, mindestens aber 25,00 € zzgl. der Kosten für den Abschluss der Versicherung (ca. 19,00 €).

Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht bleibt von den vorgenannten Regelungen unberührt.

Die **Stellung einer Ersatzperson** für den Zurückgetretenen ist möglich. Für die Umbuchung ist eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 25 € vom zurückgetretenen Teilnehmer zu zahlen. Diese erhöht sich entsprechend den Stornogebühren für den Fall, dass die Ersatzperson von dem gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch macht.

Stornogebühren vom Gesamtpreis

- 20 % bis 16. Januar 2026
- 25 % bis 29. Januar 2026
- 40 % bis 06. Februar 2026
- 60 % bis 13. Februar 2026
- 80 % bis 20. Februar 2026
- 100 % ab Reisebeginn = ab 27.02.2026

Veranstaltungsabsage

Die VHS hat das Recht, das Wochenendseminar aus von ihr nicht zu vertretendem Grund abzusagen, insbesondere mangels kostendeckender Teilnehmerzahl.

Den Wochenendteilnehmern wird dies spätestens 21 Tage vor Reisebeginn schriftlich per Einschreiben mitgeteilt. Bereits gezahlte Veranstaltungsgebühren werden erstattet. Weitere Ansprüche bestehen nicht.

Programmänderungen

Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Mündliche Nebenabsprachen

Mündliche Nebenabsprachen sind nicht gültig.

Lingen (Ems), 17.06.2025



Ich melde mich verbindlich zu folgendem Seminar an:

Name, Vorname *

Geburtsdatum *

Straße *

PLZ, Wohnort *

Telefon * Mobiltelefon *

E-Mail *

Dieses Wochenendseminar ist nur per Lastschrift buchbar. Der Eintrag gilt als Einzugsermächtigung für die VHS Lingen gGmbH. Mit Ihrer Anmeldung wird eine Anzahlung in Höhe von 70,00 € fällig. Diese Einzugsermächtigung kann jederzeit von Ihnen schriftlich widerrufen werden bzw. erlischt mit der Kündigung.

[illegible]

Einzelzimmer: ☐
 Doppelzimmer: ☐ mit _____
 DZ-Zimmer stehen begrenzt zur Verfügung. Eine Vergabe erfolgt im Rahmen der Verfügbarkeit
 in der Reihenfolge der Anmeldung.

Bestandteile des Wochenendseminars sind

- die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Lingen gGmbH in ihrer jeweils gültigen Fassung (siehe www.vhs-lingen.de)
- die Teilnahmebedingungen für das o.g. Wochenendseminar „Yoga auf Borkum“ der Volkshochschule Lingen gGmbH vom 11.04.2024

und werden mit der eigenhändigen Unterschrift des Unterzeichners anerkannt und beachtet.

Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr für das Wochenendseminar „Yoga auf Borkum“.

(Ort, Datum)

Unterschrift

*) Pflichtfelder

Wird von der VHS ausgefüllt!!

EDV-Erfassung: _____
tz (Datum, Unterschrift)



VHS Lingen gGmbH, Elsterstr. 1, 49809 Lingen, Tel. 0591-91202 0
Ansprechpartner:

Eva-Maria Leuschner
0591 – 91202 500
e.leuschner@vhs-lingen.de

Sylvia Bartling
0591 – 91202 510
s.bartling@vhs-lingen.de