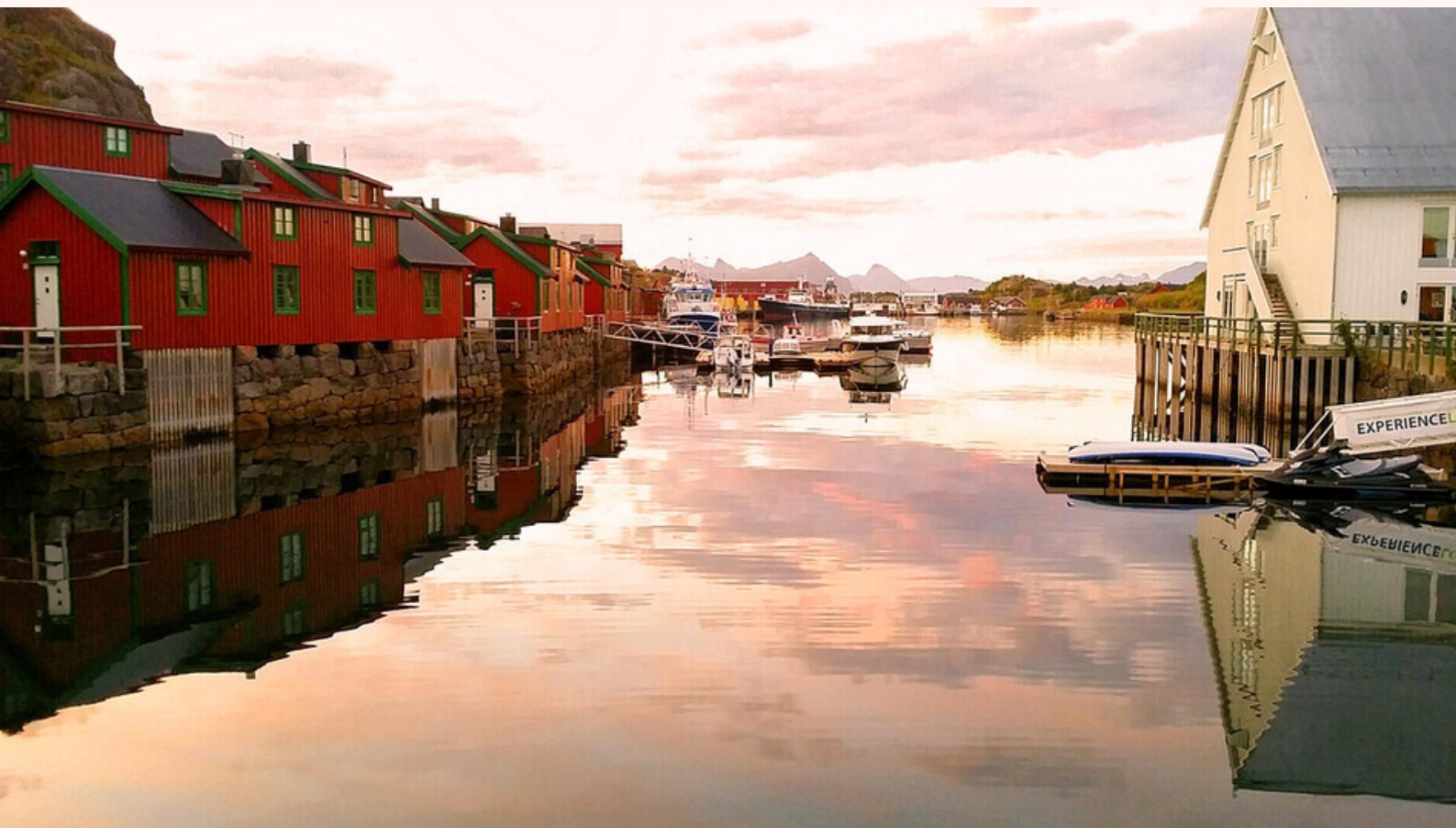





SUMMERINTENSIVE  
MED  
BRIGITTA TUMMON  
2-7.AUGUST 2024  
LOFOTEN YOGASTUDIO, STAMSUND







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 minimum 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](mailto:popupiyengar@gmail.com)

