



Yogapaddling

*Vinden fläktar lätt, med kajaken glider vi tyst framåt
mot vårt mål, en strand, solen är sakta på väg ner,
vi tar ett par djupa andetag och vår instruktör
leder oss genom ett Yoga pass bland naturens väsen.
Vi avslutar med en kvällsfika innan vi beger oss iväg
med kajakerna i den sköna kvällen.
Turen startar med en säkerhetsgenomgång där vi går igenom
kajaken och övrig utrustning samt paddelteknik.*

AKTIVITETSLÄNGD

4 timmar

AVGÅNGAR

Onsdag 24/6, 8/7, 15/7, 22/7

Vi startar 17.00 så kom senast 15min innan för val
av kajak och övrig utrustning

PLATS

Hotell "Nynäs Havsbad" i Nynäshamn, väg 73 från Stockholm
med pendeltåg stiger man av vid Nynäs havsbad därifrån skyltat.

UTRUSTNING ATT HA MED

Bekväma kläder att paddla i, komplett extra ombyte i plastpåse, varm
tröja, liten filt, vattenflaska, eventuellt badkläder för ett kvällsdopp.

DETTA INGÅR

Kajak, flytväst, kapell och paddel. Kaffe/Té med hembakat kaffebröd
erfaren färdledare som ger dig tips och råd under turen.

Yogainstruktör, yogamatta.

GRUPPSTORLEK

Max 10 deltagare

ÖVRIGT

Simkunnighet är ett krav!

Åldersgräns 15år i målsmans sällskap

All paddling sker på egen risk!

Turen kan ställas in och flyttas till annan dag vid för hård vind/ åska.

PRIS

Vuxen 695: - inklusive moms.

Nynäs Kajak & Upplevelse, Strandgårdsvägen 9, 149 30 Nynäshamn, 0707-133470
info@nynaskajak.se