

261-6318 Hatha Yoga III

Beginn	Mittwoch, 14.01.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	105,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Sylvia Schupfner
Kursort	TI Vortragstraum, Salzburger Str. 32, 83329 Waging am See

Im Mittelpunkt steht die "Asanas-Systematikreihe" nach Wolfgang Seel: Umkehr – Drehen – Kraft – Elastizität – Gleichgewicht. Wir üben im Geist der Gewaltlosigkeit und Achtsamkeit. Die dabei über die fünf Sinne aufgenommenen Wahrnehmungen treffen das Zentrum – das Herz der Sache – und führen zu Wohlbefinden und innerer Wachheit.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Yogamatte, warme Decke.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.01.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
21.01.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
28.01.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
04.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
11.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
25.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
04.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
11.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
18.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
25.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)