

## 261-6319 Hatha Yoga IV

Beginn	Mittwoch, 14.01.2026, 18:30 - 20:00 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	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
21.01.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
28.01.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
04.02.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
11.02.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
25.02.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
04.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
11.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
18.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum
25.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortraum

[zur Kursdetail-Seite](#)