

261-6348 Hatha Yoga III

Beginn	Mittwoch, 15.04.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	63,00 €
Dauer	6 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
15.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
22.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
29.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
06.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
13.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
20.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)