

261-7737 Yoga - Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs

Beginn	Dienstag, 09.06.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	99,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Simone Jell-Dunemann
Kursort	Turnhalle Hammer, Raitlweg 2, 83313 Hammer

Dieser Kurs ist sowohl für Yoga-Einsteiger*innen als auch für diejenigen gedacht, die ihre Kenntnisse wieder auffrischen möchten. Yoga, als traditionelles indisches System, betrachtet den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele. Erfahren Sie mehr über diese ganzheitliche Praxis und ihre grundlegenden Prinzipien, um Harmonie und Ausgeglichenheit zu fördern.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Matte und Decke.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
09.06.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
16.06.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
23.06.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
30.06.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
07.07.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
14.07.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
21.07.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
28.07.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer

[zur Kursdetail-Seite](#)