

## 262-6317 Hatha Yoga II

Beginn	Dienstag, 15.09.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	140,00 €
Dauer	12 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 Wahrnehmung über die fünf Sinne wird bewusst beobachtet und in die Praxis einbezogen. Bewegung, Atmung und Aufmerksamkeit werden dabei miteinander verbunden.

**Bitte mitbringen:**

bequeme Kleidung, Yogamatte, Decke.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
15.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
22.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
29.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
06.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
13.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
20.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
27.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
10.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
17.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
24.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
01.12.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
08.12.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)