262-6319 Hatha Yoga IV

Beginn	Mittwoch, 16.09.2026, 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
16.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
23.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
30.09.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
07.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
14.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
21.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
28.10.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
11.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
18.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
25.11.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
02.12.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
09.12.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum

zur Kursdetail-Seite