

262-6803 Yoga

Beginn	Dienstag, 04.08.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	150,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Hilla Richards
Kursort	Alte Schule Kirchstein, Kirchenweg 16, 83417 Kirchanschöring

Im Kurs werden grundlegende Elemente des Yoga durch fließende Bewegungen, Atemwahrnehmung und achtsame Körperarbeit geübt. Dabei werden Koordination, Flexibilität und Konzentration gefördert. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse und vermittelt praktische Übungen zur Gesundheitsförderung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.08.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
11.08.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
18.08.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
06.10.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
13.10.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
20.10.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
27.10.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
03.11.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
10.11.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
17.11.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum

[zur Kursdetail-Seite](#)