

262-6805 Yoga

Beginn	Mittwoch, 30.09.2026, 09:00 - 10:30 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
30.09.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
07.10.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
14.10.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
21.10.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
28.10.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
04.11.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
11.11.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
18.11.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
25.11.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
02.12.2026	09:00 - 10:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum

[zur Kursdetail-Seite](#)