

262-6806 Yoga

Beginn	Dienstag, 26.01.2027, 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
26.01.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
02.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
16.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
23.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
02.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
09.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
16.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
06.04.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
13.04.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum
20.04.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Alte Schule Kirchstein, 1. OG, Mehrzweckraum

[zur Kursdetail-Seite](#)