

J7735 Yoga - Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs

Beginn	Dienstag, 16.09.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	136,00 €
Dauer	11 Termine
Kursleitung	Simone Jell-Dunemann
Kursort	Turnhalle Hammer, Raitlweg 2, 83313 Hammer

Dieser Kurs ist sowohl für Yoga-Einsteiger*innen als auch für diejenigen gedacht, die ihre Kenntnisse wieder auffrischen möchten. Yoga, als traditionelles indisches System, betrachtet den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele. Erfahren Sie mehr über diese ganzheitliche Praxis und ihre grundlegenden Prinzipien, um Harmonie und Ausgeglichenheit zu fördern.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Matte und Decke.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.09.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
23.09.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
30.09.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
07.10.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
14.10.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
21.10.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
11.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
18.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
25.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
02.12.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer
09.12.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hammer

[zur Kursdetail-Seite](#)