

Yoga für Alle

Kursnummer 26L235321

Beginn Montag, 07.09.2026, 17:15 - 18:15 Uhr

Dauer 13 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

Dozent Barbara Buggisch

Kursentgelt 87,00 €

Der Kurs lädt ein entspannt und munter mit einem Mix aus Yoga-Asanas und Flows in die Woche zu starten! Diese Kombination macht den Unterricht abwechslungsreich und hilft Ihnen nach der Arbeit abzuschalten und zu entspannen. Es wird überwiegend Hatha-Yoga praktiziert.

Für Teilnehmende mit mindestens einem Jahr praktischen Yoga-Erfahrungen!

Sportkleidung ist nicht zwingend erforderlich, bequeme Alltagskleidung ist ausreichend; bitte bringen Sie warme Socken und eventuell ein Getränk mit.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

07.09.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

14.09.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

21.09.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

28.09.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

05.10.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

12.10.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

02.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

09.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

16.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

23.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

30.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

07.12.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

14.12.2026 17:15 - 18:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

[zur Kursdetail-Seite](#)