

Yoga für Alle

Kursnummer 26L235330

Beginn Montag, 19.01.2026, 18:15 - 19:15 Uhr

Dauer 21 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

Dozent Barbara Buggisch

Kursentgelt 140,00 €

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

19.01.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

26.01.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

02.02.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

09.02.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

23.02.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

02.03.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

09.03.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

16.03.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

23.03.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

13.04.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

20.04.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

27.04.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

04.05.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

11.05.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

18.05.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

01.06.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

08.06.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

15.06.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

22.06.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

29.06.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

06.07.2026 18:15 - 19:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

[zur Kursdetail-Seite](#)