Yoga für Alle

Kursnummer 26N235354

Beginn Dienstag, 08.09.2026, 16:30 - 18:00 Uhr

Dauer 13 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08

Dozent Carola Muth

Kursentgelt 130,00 €

Ob Anfänger oder bereits praktizierender Yogi - hier bekommen Alle interessante Anregungen und ein abwechslungsreiches Yogaprogramm. Der Yogastil der Dozentin: Körperorientiertes, ruhiges und ausgleichendes Yoga mit klassischen Stellungen, Bewegungsabläufen, Atemübungen und Tiefenentspannung.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (Zwiebellook ist sinnvoll) und gegebenenfalls warme Socken mit; es ist empfehlenswert, circa 2 Stunden vor dem Unterricht nichts (Schweres) mehr zu essen.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.09.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
15.09.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
22.09.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
29.09.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
06.10.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
13.10.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
03.11.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
10.11.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
17.11.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
24.11.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
01.12.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
08.12.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08
15.12.2026	16:30 - 18:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.08

zur Kursdetail-Seite