

# Yin & Yang Yoga

## Online-Kurs für Fortgeschrittene

Kursnummer	26O235418
Beginn	Montag, 26.01.2026, 17:45 - 19:15 Uhr
Dauer	17 Termin(e)
Ort	Online
Lehrkraft	Martina Will-Fall
Kursentgelt	170,00 €

Dynamisch-fließende Bewegungen treffen auf passive Positionen, in denen Spannungen in Körper und Geist gelöst werden. Die Yin-Sequenz wirkt auf tiefe Bereiche des Körpers und hat eine regenerierende Wirkung. Die Yang-Sequenz ist kraftvoll und energetisierend. Beide Sequenzen miteinander kombiniert schaffen eine wohltuende Balance.

**Dieser Kurs ist nur für Personen mit Yogaerfahrungen geeignet.**

### Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.01.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
02.02.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
09.02.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
23.02.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
02.03.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
09.03.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
16.03.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
23.03.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
13.04.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
20.04.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
27.04.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
04.05.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
11.05.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
18.05.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
01.06.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
08.06.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online
15.06.2026	17:45 - 19:15 Uhr	online