

# Yoga und Niederländisch

## Ein Workshop zum Lernen im Flow

Kursnummer 26W235315

---

Beginn Samstag, 19.09.2026, 10:30 - 12:00 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

---

Dozent Dr. Harald Bortz

---

Kursentgelt 10,00 €

---

In diesem Workshop erleben Sie, wie Sie eine Sprache in Verbindung mit Bewegung erlernen können. Sie bekommen eine Einführung in Yogaübungen, die gleichzeitig erste Kenntnisse im Niederländischen vermittelt. Yogaübungen können dabei helfen, sich zu entspannen und gleichzeitig aufmerksam zu bleiben. In diesem Zustand fällt es Ihnen leichter, sich auf neue Inhalte, in diesem Fall eine (für Sie eventuell neue) Sprache, einzulassen und aufzunehmen. Vielleicht kennen Sie Yoga schon aus anderen Kursen. Hier liegt die Aufmerksamkeit nicht nur auf der Bewegung oder dem Atem, sondern auch auf neuen Vokabeln, grammatischen Themen oder Redewendungen. Vielleicht sind Sie schon ein wenig mit der niederländischen Sprache vertraut. Hier haben Sie die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu vertiefen bzw. zu erweitern und anzuwenden.

Dieser Workshop ist aber auch dann für Sie geeignet, wenn Sie in beiden Gebieten noch keine Vorkenntnisse haben. Wie bei einem konventionellen Yogakurs sollten Sie bequeme Kleidung tragen und mit Socken oder barfuß üben. Es ist nicht notwendig, Schreibmaterial mitzunehmen, da Sie zu den besprochenen Themen ein Handout bekommen.

### Kurstermine

**Datum Uhrzeit Ort**

---

19.09.2026 10:30 - 12:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

---

[zur Kursdetail-Seite](#)