

Yoga und Niederländisch

Sprache lernen im Flow

Kursnummer 26W235317

Beginn Freitag, 09.10.2026, 10:15 - 11:45 Uhr

Dauer 9 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

Dozent Dr. Harald Bortz

Kursentgelt 90,00 €

In diesem Kurs 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.

Für diesen Kurs ist es hilfreich, aber nicht zwingend notwendig, wenn Sie schon erste Kenntnisse im Niederländischen haben. Auch mit Yoga müssen Sie nicht unbedingt schon vertraut sein. Der Kurs vermittelt einfache Bewegungsabläufe und Atemübungen, die Sie auch ohne Vorkenntnisse erlernen können. Die Aufmerksamkeit liegt dabei nicht nur auf dem Yoga, sondern auch auf neuen Vokabeln, grammatischen Themen oder Redewendungen.

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 einzelnen Themen, die bei jedem Termin im Mittelpunkt stehen, jeweils ein Handout bekommen.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

09.10.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

16.10.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

06.11.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

13.11.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

20.11.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

27.11.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

04.12.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

11.12.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

18.12.2026 10:15 - 11:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

[zur Kursdetail-Seite](#)