Yoga für Alle

Kursnummer 27L235336

Beginn Montag, 18.01.2027, 18:15 - 19:15 Uhr

Dauer 22 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

Dozent Barbara Buggisch

Kursentgelt 147,00 €

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
18.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
25.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
01.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
15.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
22.02.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
01.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
08.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
15.03.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
05.04.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
12.04.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
19.04.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
26.04.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
03.05.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
10.05.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
24.05.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
31.05.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

07.06.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
14.06.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
21.06.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
28.06.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
05.07.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14
12.07.2027	18:15 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

zur Kursdetail-Seite