252-A3D010 Yoga - für Körper, Geist und Seele

Beginn	Montag, 05.01.2026, 19:00 - 20:15 Uhr	
Kursgebühr	85,00 €	
Dauer	5 Termine	
Kursleitung	Theresa Stadler	
Mitzubringen	Matte, Kissen und Decke	
Kursort	JF Yoga Studio im Sonnendorf	

Mehr als nur Sport: Yoga ist ein Weg zu mehr Ausgeglichenheit, Gesundheit und innerem Frieden. Es verbindet körperliche Übungen, Atemtechniken und Meditation, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Yoga ist für alle da - alles, was Du brauchst, ist die Offenheit, um Dir selbst etwas Gutes zu tun.

Termine

Datum		Ort
05.01.2026	19:00 - 20:15 Uhr	Baron-Riederer-Straße 49, Schönau, Yoga-Studio im Sonnendorf
12.01.2026	19:00 - 20:15 Uhr	Baron-Riederer-Straße 49, Schönau, Yoga-Studio im Sonnendorf
19.01.2026	19:00 - 20:15 Uhr	Baron-Riederer-Straße 49, Schönau, Yoga-Studio im Sonnendorf
26.01.2026	19:00 - 20:15 Uhr	Baron-Riederer-Straße 49, Schönau, Yoga-Studio im Sonnendorf
02.02.2026	19:00 - 20:15 Uhr	Baron-Riederer-Straße 49, Schönau, Yoga-Studio im Sonnendorf

zur Kursdetail-Seite