

252-A3D010 Yoga - für Körper, Geist und Seele

Beginn	Montag, 05.01.2026, 19:00 - 20:15 Uhr
Kursgebühr	70,00 €
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.

Es besteht die Möglichkeit, eine Schnupperstunde für 15 € zu buchen.

Termine

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

[zur Kursdetail-Seite](#)