

252-R3D05 Ganzheitliches Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene

Beginn	Montag, 22.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	100,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Anneliese Bauer
Mitzubringen	Socken, Matte und Decke
Kursort	Yoga-Studio Bauer, Lerchenweg 5, 84323 Massing

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg in Form von Körper-, Atem-, Entspannungsübungen und Meditation. Yoga führt zu mehr Ruhe, Gelassenheit, geistiger und körperlicher Fitness. Ein hoher Stellenwert liegt in der Schulung der Achtsamkeit und Stärkung der Eigenverantwortung. Offenheit für neue Erfahrungen ist für die Kursteilnahme empfehlenswert!

Termine

Datum	Ort	
22.09.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
29.09.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
06.10.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
13.10.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
20.10.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
27.10.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
10.11.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
17.11.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
24.11.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
01.12.2025	19:30 - 21:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer

[zur Kursdetail-Seite](#)