

252-R3D06 Ganzheitliches Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene

Beginn	Dienstag, 16.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	100,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Georg 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
16.09.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
23.09.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
30.09.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
07.10.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
14.10.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
21.10.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
28.10.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
11.11.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
18.11.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
25.11.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer

[zur Kursdetail-Seite](#)