

252-R3D08 Ganzheitliches Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene

Beginn	Freitag, 19.09.2025, 08:30 - 10:00 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
19.09.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
26.09.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
10.10.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
17.10.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
24.10.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
31.10.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
14.11.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
21.11.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
28.11.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
05.12.2025	08:30 - 10:00 Uhr	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer

[zur Kursdetail-Seite](#)