252-R3D14 Yoga für Anfänger Yogaübungen für die tägliche Praxis zu Hause

Beginn	Montag, 13.10.2025, 19:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	50,00 €
Dauer	6 Termine
Kursleitung	Jutta Fißlinger
Mitzubringen	bequeme Kleidung, dicke Socken, Isomatte, Decke und Kissen
Kursort	Naturheilpraxis Fißlinger, Bahnhofstraße 17, 84140 Gangkofen

Das Praktizieren von Yoga beinhaltet Körperübungen, Atmungstechniken und Entspannung und führt zu körperlicher Beweglichkeit, baut Stress ab, wirkt gesundheitsfördernd und führt zu innerer Ausgeglichenheit.

Termine

Datum		Ort
13.10.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger
20.10.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger
27.10.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger
10.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger
17.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger
24.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Bahnhofstraße 17, Gangkofen, Naturheilpraxis Fißlinger

zur Kursdetail-Seite