

## 261-R3D04 Ganzheitliches Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene

Beginn	Montag, 18.05.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	100,00 €
Dauer	9 Termine
Kursleitung	Georg Bauer
Mitzubringen	Socken und Decke
Kursort	Altes Rathaus (vhs-Gymnastikraum, 2. Stock), Stadtplatz 1, 84307 Eggenfelden

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
18.05.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
08.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
15.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
22.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
29.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
06.07.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
13.07.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
20.07.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
27.07.2026	19:30 - 21:00 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock

[zur Kursdetail-Seite](#)