

261-R3D07 Ganzheitliches Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene

Beginn	Mittwoch, 25.02.2026, 18:30 - 20:00 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
25.02.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
04.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
11.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
18.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
25.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
15.04.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
22.04.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
29.04.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
06.05.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer
13.05.2026	18:30 - 20:00 Uhr
	Lerchenweg 5, Massing, Yoga-Studio Bauer

[zur Kursdetail-Seite](#)