

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](#)