

Yoga Abendkurs 17:30 Uhr

Zeitraum

Mi., 18.01.2023

17:30 Uhr - 19:00 Uhr

Zielgruppe

Interessierte Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

Referent/en

Kursbeitrag

Preise auf Anfrage

In 15 Abendeinheiten (jeweils am Mittwoch) laden wir Sie zu entspannenden Yoga-Übungen ein. Durch Körperübungen, Atemübungen und Meditation streben wir ein Gleichgewicht zwischen Körper und Geist an. Es stehen zwei Uhrzeiten zur Auswahl.