

26-7217 Hatha Yoga - sanfte Mittelstufe Mit Yoga zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude

Entgelt	87,50 €
Dauer	15x
Kursleitung	Susanne Iuliano
Bemerkungen	Bitte eine Matte, Kopfkissen, - falls vorhanden- ein Sitzkissen und eine Decke mitbringen.
Kursort	Hans-Reif-Sportzentrum, Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18, 90522 Oberasbach

Dieser Kurs kombiniert muskelstärkende Asanas, energetisierendes Pranayama und wohltuende Entspannung. Dies kann zu mehr seelischem Gleichgewicht, zu tiefer Gelassenheit und innerem Frieden führen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.02.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
05.03.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
12.03.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
19.03.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
26.03.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
16.04.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
23.04.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
30.04.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
07.05.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
11.06.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
18.06.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
25.06.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
02.07.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
09.07.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18
16.07.2026	08:15 - 09:30 Uhr	Asbachhalle, Mehrzweckraum, Jahnstr. 18

[zur Kursdetail-Seite](#)