

26-7277 Rückenyoilates

Entgelt	75,00 €
Dauer	15x
Kursleitung	Doris Sessner
Bemerkungen	Bitte Handtuch, Yoga-/ Stoppersocken, Matte und Getränk mitbringen. Zugang zum Kurs über den Parkplatz/Garteneingang Westseite an der Stiftstraße
Kursort	Oberasbach, BRK Seniorenheim, Stiftstr. 12, 90522 Oberasbach

Hier kommen Wirbelsäulengymnastik, Pilates und Yoga zusammen: Übungen zur Mobilisierung, Kräftigung, Stabilisation und Dehnung des gesamten Körpers in einfachen Bewegungen zu ruhiger Musik.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.02.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
05.03.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
12.03.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
19.03.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
26.03.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
16.04.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
23.04.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
30.04.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
07.05.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
21.05.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
18.06.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
25.06.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
02.07.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
09.07.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
16.07.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12

[zur Kursdetail-Seite](#)