

26-72977 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
24.09.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
01.10.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
08.10.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
15.10.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
22.10.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
29.10.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
12.11.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
19.11.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
26.11.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
03.12.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
10.12.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
17.12.2026	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
14.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
21.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12
28.01.2027	18:15 - 19:15 Uhr	Willy Bühner, BRK-Seniorenheim, Festsaal 0.18, Stiftstr. 12

[zur Kursdetail-Seite](#)