

## 26-72981 Tiefenentspannt durch Klang und sanftes Yoga Ein entspannter Vormittag für Anfänger und Yogaübende

|             |  |
|-------------|--|
| Entgelt     | 17,00 €  |
| Dauer       | 1x   |
| Kursleitung | Max Hoefler  |
| Bemerkungen | Bitte mitbringen: eine Yogamatte, ein Yogakissen oder Yogablock (alternativ 1-2 feste Kissen), eine Decke, bequeme Kleidung und ein Getränk. |
| Kursort     | Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47, 90522 Oberasbach  |

Medtativ gespielte Klanginstrumente sowie Klangschalen in Verbindung mit sanften, genau angeleiteten Yogaübungen (Asanas) ermöglichen ein besonderes Yogaerleben. Es entstehen Klangräume die zur Tiefenentspannung einladen und die ganzheitliche, harmonisierende Wirkung des Yoga aufzeigen.

### Termine

| Datum      | Uhrzeit           | Ort   |
|------------|-------------------|---|
| 10.10.2026 | 10:00 - 12:30 Uhr | Grundschule Altenberg, Nebengebäude N4/N5, 1. OG, Kirchenweg 47 |

[zur Kursdetail-Seite](#)