

## A2611552 Hatha-Yoga für weit Fortgeschrittene ab 55 Jahren

Beginn Montag, 02.02.2026, 18:20 - 19:50 Uhr

Kursgebühr 60,00 €

Dauer 7 Termine

Kursleitung Hella Nolte-Kühn

Kursort , Hombruger Str. 7, 51674 Wiehl

Yoga ist als ganzheitlicher Weg zur Erhaltung der Gesundheit und Beweglichkeit genau das Richtige. Die Yoga-Übungen schaffen einen Ausgleich zu den Belastungen des Alltags. Sie wirken gegen Stress und helfen uns Körper, Geist und Seele wieder zu vereinen.

Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage, Wolldecke und Sitzkissen mitbringen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
02.02.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
09.02.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
23.02.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
02.03.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
09.03.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
16.03.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
23.03.2026	18:20 - 19:50 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7