

B2511553 Yoga Mittelstufe

Beginn	Montag, 08.09.2025, 20:00 - 21:30 Uhr
Kursgebühr	76,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Astrid Schönland
Kursort	, Hombruger Str. 7, 51674 Wiehl

Asanas wie Katze, Hund, Kobra, Krieger usw. sowie eine Sonnengrußvariante sind Ihnen in Ihrer Übungspraxis vertraut. Vertiefen Sie Ihr Yoga mit Asana-Varianten, Vinyasa-Sequenzen, Yin- und/oder Faszienyoga. Bitte Isomatte, Decke, Sitzkissen und evtl. Yogablöcke und Gurt mitbringen. Informationen zum Kurs auch unter 02262-712522.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.09.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
15.09.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
22.09.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
29.09.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
06.10.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
27.10.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
03.11.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
17.11.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
24.11.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7
01.12.2025	20:00 - 21:30 Uhr	Wiehl, Johanniterhaus, Homburger Str. 7