

Yoga - Schnupperkurs

Mit Achtsamkeit, gezielten Bewegungsübungen und Atemkontrolle tauchen wir ein in die Grundkenntnisse des Yoga. Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet. Praktiziert wird auf der Matte oder auf dem Hocker.

Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, eine Matte, eine Decke und ein Kissen.

Kurs-Nr.	95-302 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Gabriele Löscher-Zunker
Daten und Kosten	Dienstag, 04.11.2025, 16:00 - 16:50 Uhr
	69,00 Euro
Veranstaltungsort	VHS-Gebäude Haselünne, Bewegung/Gesundheit, OG Raum 6 Am Wasserturm 5, 49740 Haselünne
	Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Maria Sonnenburg

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.11.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haselünne, Bewegung/Gesundheit, OG Raum 6
11.11.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
18.11.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
25.11.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
02.12.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
09.12.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
16.12.2025	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haren Raum 5
06.01.2026	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haselünne, Bewegung/Gesundheit, OG Raum 6
13.01.2026	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haselünne, Bewegung/Gesundheit, OG Raum 6
20.01.2026	16:00 - 16:50 Uhr	VHS-Gebäude Haselünne, Bewegung/Gesundheit, OG Raum 6