

Yoga zum Wohlfühlen für Geübte

Wünschen Sie sich auch mehr Gesundheit und Lebensfreude? All das finden Sie im Yoga. Wohltuende Körper-, Atem- und Entspannungstechniken schenken Ihnen mehr Beweglichkeit und neue Energie, sowie innere Ruhe und Gelassenheit. Erste Yoga-Erfahrungen sollten vorhanden sein. Haben Sie Lust mitzumachen?

Bitte mitbringen: Decke, Isomatte, großes Kissen und warme Socken.

Kurs-Nr.	95-602 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Anja Smit
Daten und Kosten	Dienstag, 11.11.2025, 18:30 - 20:00 Uhr
	80,00 Euro
Veranstaltungsort	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder Marienstr. 3, 49767 Twist
	Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Maria Sonnenburg

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
18.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
25.11.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
02.12.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
09.12.2025	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
13.01.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
20.01.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder