

Yoga für Frauen

In kleiner Runde und in einem schönen Raum mit Wohlfühlgarantie können Sie zur Ruhe kommen und den Alltagsstress loslassen. Gemeinsam kräftigen und entspannen wir unseren Körper mit sanften Yogahaltungen, bewusster Atmung und tiefer Entspannung. Mitmachen können alle, die sich etwas Gutes tun möchten, unabhängig von Alter und Yogaerfahrung.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Isomatte, warme Socken, eine Decke und evtl. ein großes Kissen.

Kurs-Nr.	95-604 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Anja Smit
Daten und Kosten	Dienstag, 11.11.2025, 20:05 - 21:05 Uhr
	58,00 Euro
Veranstaltungsort	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder Marienstr. 3, 49767 Twist
	Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Maria Sonnenburg

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
18.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
25.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
02.12.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
09.12.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
13.01.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder
20.01.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Hebammen-Praxis Christina Hofschröder