

## X0301318 Hatha Yoga für Fortgeschrittene

Beginn	Dienstag, 09.09.2025, 18:15 - 19:45 Uhr
Kursgebühr	149,00 €
Dauer	15-mal
Kursleitung	Barbara Koblitz
Informationen	Bequeme, warme (Sport-)Kleidung, ein (Sitz-)Kissen
Kursort	201, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim

Verbessern Sie mit den Asanas dieses ursprünglichen Yogastils Ihr Körperbewusstsein sowie Ihre Haltung und fördern Sie Muskelaufbau und Beweglichkeit. Atemübungen und Entspannungselemente runden den Kurs ab. Die Asanas können variiert und den eigenen Bedürfnissen angepasst werden. Für individuelle Herausforderung, Harmonie und Wachstum, ganz, wie es für Sie passt.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
09.09.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
16.09.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
23.09.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
21.10.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
28.10.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
04.11.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
11.11.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
18.11.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
25.11.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
02.12.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
09.12.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
16.12.2025	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201
13.01.2026	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, vhs, 5.01
20.01.2026	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, vhs, 5.01
27.01.2026	18:15 - 19:45 Uhr	Hofheim, vhs, 5.01

[zur Kursdetail-Seite](#)