

X0301334 Medical Yoga

| | |
|---------------|--|
| Beginn | Mittwoch, 22.10.2025, 20:15 - 21:30 Uhr |
| Kursgebühr | 89,00 € |
| Dauer | 10-mal |
| Kursleitung | Sabine Stieglitz |
| Informationen | Warme Sportkleidung, rutschfeste Socken, großes Handtuch/Yogatuch, Getränk |
| Kursort | 201, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim |

Dieser Kurs dient der Gesundheitsprävention. Die Yogapraxis – bestehend aus unterschiedlichen Yogastilen und einer Tiefenentspannung - ist in jeder Kursstunde auf einen anderen Körperbereich ausgerichtet (z. B. Nacken, Lendenwirbelsäule, Schulter).

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten mit und ohne Beschwerden.

Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|------------|-------------------|-------------------------------|
| 22.10.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 29.10.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 05.11.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 12.11.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 19.11.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 26.11.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 03.12.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 10.12.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 17.12.2025 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |
| 14.01.2026 | 20:15 - 21:30 Uhr | Hofheim, Volkshochschule, 201 |

[zur Kursdetail-Seite](#)