

X0301345 Workshop: Yin Yoga

Beginn	Sonntag, 26.10.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Kursgebühr	29,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Sabine Stieglitz
Informationen	Warme Sportkleidung, rutschfeste Socken, großes Handtuch/Yogatuch, Getränk, Schreibzeug
Kursort	201, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim

Ein Workshop für die Tiefenentspannung! Inhalte sind eine kurze Erläuterung zur Thematik (incl. Handout) und eine sehr ruhige Yogapraxis, die bis in die tiefen Bindegewebsschichten wirkt. Alle Übungen werden im Sitzen und Liegen praktiziert. Dieser Workshop richtet sich an alle Interessierten, unabhängig von Vorerfahrungen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.10.2025	10:00 - 14:00 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 201

[zur Kursdetail-Seite](#)