

## X0308311 Yoga in Bewegung

Beginn	Mittwoch, 24.09.2025, 20:00 - 21:15 Uhr
Kursgebühr	149,00 €
Dauer	16-mal
Kursleitung	Anna Pankalla
Informationen	Isomatte oder Yogamatte, warme Decke / Socken, bequeme Kleidung, 2-3 Stunden vorher nichts Schweres essen.
Kursort	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01, Wiesbadener Straße 1, 65239 Hochheim

Jeder Mensch und jeder Körper sind anders. Dieser Kurs holt die Teilnehmer:innen genau dort ab, wo sie gerade stehen. Yoga wird hier mit Leichtigkeit und Achtsamkeit vermittelt, wobei auf individuelle Bedürfnisse Rücksicht genommen wird. Im Mittelpunkt steht eine ganzheitliche Begleitung. Es erwartet die Teilnehmenden ein vielseitiges Yoga-Angebot – eine bunte Mischung an Möglichkeiten zur Entfaltung und zum Wohlfühlen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.09.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
01.10.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
15.10.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
22.10.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
29.10.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
12.11.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
19.11.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
26.11.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
03.12.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
10.12.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
17.12.2025	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
07.01.2026	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
14.01.2026	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
21.01.2026	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01
28.01.2026	20:00 - 21:15 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01

[zur Kursdetail-Seite](#)