

Y0301129 Männer-Yoga für Neueinsteiger und Fortgeschrittene

Beginn	Dienstag, 03.02.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	99,00 €
Dauer	9-mal
Kursleitung	Peter Foltas
Informationen	Bequeme (Sport-)kleidung, ggf. ein Handtuch, in der kälteren Jahreszeit dicke Socken für die Entspannungsphase
Kursort	vhs, 2.02, Alte Bleiche 5, 65719 Hofheim

Hier ist „Mann“ unter sich. In diesem Kurs werden die Beweglichkeit verbessert und Kräftigung erzielt. Zugleich werden Wohlbefinden und innere Ausgeglichenheit gefördert. Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger und Männer mit Grundkenntnissen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
10.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
17.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
24.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
03.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
10.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
17.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02
14.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 2.02

[zur Kursdetail-Seite](#)