

Hatha Yoga - Grundstufe am Abend

Die Grundstufenkurse vermitteln Schritt für Schritt die Grundlagen des Yoga in Theorie und Praxis. Damit bieten sie eine gute Basis für eine selbstständige Praxis und für weiterführende Kurse. Teilnehmenden mit Grundkenntnissen im Yoga ermöglichen sie, diese zu festigen und auszubauen.

Kurs I43229

Leitung: Barbara Hofmann, Yoga-Lehrerin, Postgraduate Diplom Ayurveda Medizin

Termin: 10 x Di, ab 05.03., 17:50-19:20 Uhr

Ort: Thon-Dittmer-Palais, Haidplatz 8, Raum 118

Gebühr: € 80,00

Die Grundstufenkurse vermitteln Schritt für Schritt die Grundlagen des Yoga in Theorie und Praxis. Damit bieten sie eine gute Basis für eine selbstständige Praxis und für weiterführende Kurse. Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen im Yoga ermöglichen sie, diese zu festigen und auszubauen.

Kurs I43248

Leitung: Barbara Hofmann, Yoga-Lehrerin, Postgraduate Diplom Ayurveda Medizin

Termin: 10 x Do, ab 14.03., 16:20-17:20 Uhr

Ort: BiC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47, Gymnastikraum 1 (Parken im Parkhaus Ebene 3, nicht Tiefgarage)

Gebühr: € 54,00

Kurs I43249

Leitung: Barbara Hofmann, Yoga-Lehrerin, Postgraduate Diplom Ayurveda Medizin

Termin: 10 x Do, ab 07.03., 17:30-19:00 Uhr

Ort: BiC im KÖWE, Dr.-Gessler-Straße 47, Gymnastikraum 1 (Parken im Parkhaus Ebene 3, nicht Tiefgarage)

Gebühr: € 80,00

Hatha Yoga - Mittelstufe am Abend

Voraussetzung ist der Besuch von mindestens zwei Grundstufenkursen der VHS oder vergleichbare Kenntnisse.

Kurs I43424

Leitung: Barbara Hofmann, Yoga-Lehrerin, Postgraduate Diplom Ayurveda Medizin

Termin: 10 x Di, ab 05.03., 19:30-21:00 Uhr

Ort: Thon-Dittmer-Palais, Haidplatz 8, Raum 118

Gebühr: € 80,00