

Yogakurse

Yoga richtet sich an Menschen, die für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden aktiv etwas tun wollen. Für jedes Alter, sowohl für Frauen als auch Männer, unabhängig von körperlicher Fitness.

Die Kurse sind offen. Ein Einstieg ist daher jederzeit, nach telefonischer Absprache möglich. Sowohl für diejenigen, die Yoga zum ersten Mal ausüben möchten, als auch für alle, die Yoga bereits kennen.

Die Kursdauer beträgt 120 Minuten.

Eine private Yoga-Einheit 60 Minuten (nach Vereinbarung).

Dienstags: 19:00 - 21:00 Uhr

Donnerstags: 19:30 - 21:30 Uhr

Die Kurse finden im Gemeinschaftshaus Iggelbach statt

Dorfstrasse 56
67471 Iggelbach

Gerne können auch Kurse individuell in privaten Räumlichkeiten gebucht werden.

Demnächst finden auch Kurse und Workshops in Wachenheim statt.