262L32488

Golden Yoga - in Körper und Geist beweglich bleiben 60 plus!

Beginn	Dienstag, 29.09.2026, 09:00 - 10:15 Uhr
Kursgebühr	90,00 €
Dauer	12 Termine
Kursleitung	Eva Hambrecht
Informationen	Bitte mitbringen: dicke Socken, Matte, Handtuch und Decke.
Kursort	Obergeschoss, Hauptstraße 141, 69207 Sandhausen

Das Besondere an diesem Kurs ist die Mischung der Elemente. Anders als im traditionellen Yoga werden Kräftigungs- und Dehnübungen aus der funktionellen Gymnastik, Pilates sowie viele Zwischenentspannungen kombiniert, die Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
29.09.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
06.10.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
13.10.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
20.10.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
03.11.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
10.11.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
17.11.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
24.11.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
01.12.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
08.12.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
15.12.2026	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141
12.01.2027	09:00 - 10:15 Uhr	Sandhausen, Altes Feuerwehrhaus, OG, Hauptstr. 141

Kurs-Details online ansehen

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de

Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb