

261-62104 Hatha Yoga - Kurs D

Beginn	Montag, 26.01.2026, 19:30 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	152,00 €
Dauer	19 Termine
Kursleitung	Ekram Bijit Chakrabarty
Kursort	Yoga-Raum 304, Ritterstr. 10 - 14, 46483 Wesel

Yoga ist ein ganzheitlicher Weg zur Selbstfindung nach indischer Tradition. Die uns bekannteste Art ist Hatha-Yoga, der körperorientierte Aspekt. Durch vom Atmen geführte Übungsfolgen entstehen Wohlbefinden, innere Ruhe und Entspannung. Körper, Geist und Seele werden in Harmonie gebracht und die Lebensqualität verbessert. Die Kurse bieten die Möglichkeit, ganz bei sich zu sein und die Hektik des Alltags eine Weile hinter sich zu lassen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.01.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
02.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
09.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
23.02.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
02.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
09.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
16.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
23.03.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
13.04.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
20.04.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
27.04.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
04.05.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
11.05.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
18.05.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
01.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
08.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
15.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
22.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
29.06.2026	19:30 - 21:00 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304

[zur Kursdetail-Seite](#)