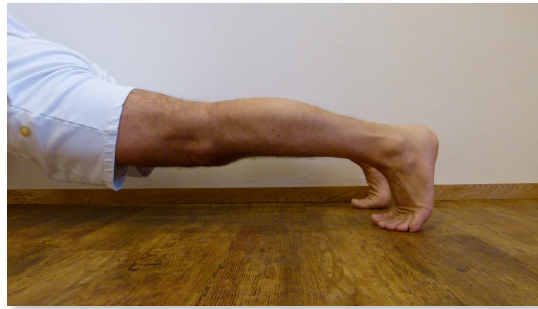


Yoga

der Weg zur inneren Harmonie und Gesundheit

Durch einen strukturierten Aufbau erlernst Du in wenigen Monaten die Grundzüge des Iyengar-Yoga. Im Vordergrund steht dabei die Entwicklung von Flexibilität und Kraft im Zusammenspiel mit Wahrnehmung und Entspannung.



Kurs B April - Juli 2026

Yoga in der Turnhalle Wittelsbacher Schule

Eingang Mundingstrasse gegenüber Nr.7, 86150 Augsburg

Donnerstag 17.45 - 19.15 h (13 x 90 Min. a 15 €)

Termine Donnerstag Kurs : 13.04. 23.04. 30.04. 07.05. 21.05. 11.06. 18.06. 25.06. 02.07. 09.07. 16.07. 23.07. 30.07. 2026

Yoga im GRÜNEN RAUM

Elisenstr. 1 , 86150 Augsburg (beim Hotelturm)

Montag 9.30-11.00 h + 14.00-15.30 h
(14 x 90 Min. a 15 €)

Termine Montag Kurs : (30.03. nur Vormittag) 13.04. 20.04. 27.04. 04.05. 11.05. 18.05. (01.06. nur Vormittag) 08.06. 15.06. 22.06. 29.06. 06.07. 13.07. 20.07. 27.07. 2026

Online Yoga via Zoom immer Montags 19 h

www.eventbrite.de/e/yoga-praeventions-stunden-90-minuten-tickets-101465728726

Stephan Sprösser, Yogalehrer SKA

Tel. 0151 41825362 email: Stephan.Sproesser@t-online.de

website: www.stephan-sproesser-yoga.de

alle Yoga-Präventionskurse sind zertifiziert KRANKENKASSEN Zuschuss