

BX74401 - Hatha-Yoga "KiFaz Am Kaiserberg"

Beginn	Dienstag, 06.04.2027, 18:15 - 19:45 Uhr
Kursgebühr	144,00 €
Dauer	12 x
Kursleitung	Mariam Madfouni
Kursort	, Am Kaiserberg 2, 35396 Gießen, Familienzentrum Kaiserberg

Dieser Yoga-Stil ist anregend für den Stoffwechsel und verbessert die Beweglichkeit. Durch die leicht erlernbaren Körperübungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) hilft es, sich auf das Hier und Jetzt einzulassen und Stress abzubauen. Langfristig stärkt Hatha Yoga Körper, Seele und das Wohlbefinden. Die Übungen sind für Menschen aller Altersgruppen geeignet.

Bitte Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.04.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
13.04.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
20.04.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
27.04.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
04.05.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
11.05.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
18.05.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
25.05.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
01.06.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
08.06.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
15.06.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg
22.06.2027	18:15 - 19:45 Uhr	Am Kaiserberg 2,KiFaz Am Kaiserberg