

BX74501 - Yin Yoga

Beginn	Mittwoch, 07.04.2027, 17:15 - 18:45 Uhr
Kursgebühr	144,00 €
Dauer	12 x
Kursleitung	Nancy Ameli
Kursort	Gymnastikraum, Wingert 18, 35396 Gießen

Yin Yoga ist ein langsamer Yoga-Stil, in dem die Posen mehrere Minuten lang gehalten werden. Dabei kannst Du Dein Bindegewebe gründlich dehnen und zu einem ruhigen Geist finden. Bitte Sportkleidung, Handtuch, ggf. ein eigenes Bolster und ein Getränk mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.04.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
14.04.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
21.04.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
28.04.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
05.05.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
12.05.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
19.05.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
26.05.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
02.06.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
09.06.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
16.06.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum
23.06.2027	17:15 - 18:45 Uhr	Wingert 18,Gymnastikraum