

Yoga am Montag - Seminarraum

Vormittag (10 – 11:15 Uhr) und Abend (18:30 – 19:45 Uhr)

2. September 2024 – 18. November 2024

Termine: 02.09. / 09.09. / 16.09. / 23.09. / Pause / 14.10. / 21.10. / 28.10. / 04.11. / 11.11. / 18.11

25. November 2024 – 17. Februar 2025

Termine: 25.11. / 02.12. / 09.12. / 16.12.2024 / Winterpause / 13.01.2025 / 20.01. / 27.01. / 03.02. / 10.02. / 17.02.

Kosten: 10 Termine 150 EUR

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

Mein Angebot ist zertifiziert und wird von vielen Krankenkassen gefördert.

Yoga auf dem Stuhl – Dienstagvormittag in der LAB e.V.

Geübt wird „rund um den Stuhl“, im Sitzen und Stehen.

Termine: Ab 3. September jeden Dienstag | 10:00 – 11:30 Uhr

Kosten: 24 €/Monat für Mitglieder | 31,50 €/Monat für Nicht-Mitglieder

LAB – Karlstraße 27, 65185 Wiesbaden

Anmeldung bei der LAB: Tel. 0611/ 300497 | E-Mail: info@lab-wiesbaden.de



Yoga am Dienstagabend – Online Live - ENTFÄLLT

Aufgrund der geringer werdenden Nachfrage habe ich mich entschlossen, den Online Live Yogakurs am Dienstagabend bis auf Weiteres nicht mehr anzubieten.

Yoga individuell

Einzelstunden werden temporär vereinbart, um ein individuelles Übungsprogramm für das selbständige Üben zu Hause zu entwickeln oder anzupassen.

Stand: 26.07.2024

Katharina Jäschke

Yogalehrerin BDY/EYU

Telefon: 0151 / 62600882

E-Mail: katharina-jaeschke@t-online.de

Mehr Informationen → „Mein Yoga-Angebot“

www.yoganachmasswiesbaden.de