

Yoga am Montag

31. August – 30. November

Vormittag: 10:00 – 11:15 Uhr

Abend: 18:30 – 19:45 Uhr

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

Die Termine im Detail:

31.08. / 07.09. / 14.09. / 21.09. / 28.09. / *zwei Wochen Herbstferien* /
19.10. / 26.10. / 02.11. / 09.11. / 16.11 / 23.11. / 30.11. /

Kosten: 12 Termine 192 EUR

Mein Kursangebot ist zertifiziert und wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Eine Auszeit nehmen – Meditationsabend

Asana und Atemübungen die in die Stille führen.

3. Dezember | 18:30 – 19:45 Uhr | 15 € | mind. Teilnahme: 6

Adelheid Seminarhaus | Adelheidstraße 82 (Hinterhaus), Wiesbaden

Konto

Katharina Jäschke, Postbank, BIC PBNKDEFF
IBAN DE39 1001 0010 0533 1221 32

Stand: 01.09.2026

Katharina Jäschke

Yogalehrerin BDY/EYU

Telefon: 0151 – 62600882

www.yoganachmasswiesbaden.de

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