

C3014 Yoga und Klang

Beginn	Samstag, 17.01.2026, 14:30 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	20,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Petra Albus
Kursort	GA, Vhs BZ V 0.10, Telschowstr. 5-7, 85748 Garching

Yoga und Klang in Kombination ist eine wunderbare Möglichkeit, tiefer in die Wahrnehmung einer Asana einzutauchen. In diesem Workshop verbinden wir eine Übungsreihe aus dem Kundalini-Yoga mit den Klängen von Klangschalen und dem Gong. Mit einer darauffolgenden Klangentspannung lassen wir das Nervensystem tief entspannen und wir schließen mit einer Meditation ab. Bitte eine Decke und ein Getränk mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
17.01.2026	14:30 - 17:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)