

D3032B Yin Yoga

Beginn	Freitag, 06.03.2026, 09:45 - 11:00 Uhr
Kursgebühr	112,50 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Daniela Ibel
Kursort	IS, KBZ, V 2.04 Tanzsaal, Mühlenstraße 15, 85737 Ismaning

In diesem Yin Yoga Kurs stehen Gelenkgesundheit, präzise Ausrichtung und das bewusste Spüren des eigenen Körpers im Fokus. Als Heilpraktikerin und Physiotherapeutin legt die Dozentin besonderen Wert darauf, Ihnen zu helfen, tiefere Verbindung zu Ihrem Körper herzustellen und Verspannungen sanft zu lösen. Die ruhigen, langen Haltungen unterstützen die Flexibilität und fördern das innere Gleichgewicht. Ideal für alle, die sich einen entspannten Einstieg ins Wochenende wünschen und gleichzeitig ihr körperliches Wohlbefinden stärken möchten. Bitte bequeme Sportkleidung und möglichst eine eigene Matte mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.03.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
13.03.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
20.03.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
27.03.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
17.04.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
24.04.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
08.05.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
15.05.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
22.05.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
12.06.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
19.06.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
26.06.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
03.07.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
10.07.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
17.07.2026	09:45 - 11:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04

[zur Kursdetail-Seite](#)