

D3033C Sanftes Yoga

Beginn	Donnerstag, 05.03.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Kursgebühr	135,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Marisa Keller
Kursort	IS, KBZ, V 2.02, Gesundheitsraum, Mühlenstraße 15, 85737 Ismaning

Dieser Kurs führt behutsam zu den Asanas (Körperhaltungen) hin, die durch bewusstes Atmen unterstützt werden. Die Kursleitung geht gezielt und einfühlsam auf die individuellen Möglichkeiten der einzelnen Teilnehmer:innen ein. Bitte Matte, Decke, Socken, Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
05.03.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
12.03.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
19.03.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
26.03.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
16.04.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
23.04.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
30.04.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
07.05.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
21.05.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
11.06.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
18.06.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
25.06.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
02.07.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
09.07.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02
16.07.2026	18:00 - 19:30 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02

[zur Kursdetail-Seite](#)