

Veranstaltungskalender Wolfenbüttel

Sport

Yoga mit Uta im ZeitRaum in Salzdahlum

Yogakurs: Beginn neuer Block (5 mal) am 4. September 2024. Wir treffen uns (fast) jeden Mittwoch um 19.45 Uhr, um gemeinsam in die Yogapraxis einzutauchen. Neuzugänge herzlich willkommen; Drop-In jederzeit möglich. Genaue Kursinfo und Kontaktdaten unter linktr.ee/uthana. Uta unterrichtet eine Mischung aus Achtsamkeitspraxis, stabilisierenden Core-Übungen, sanfter Atemarbeit und Kundalini Yoga. Zur Schlussentspannung gibt es immer sanfte Gitarrenklänge und meditativen Gesang.

Beginn: 04.09.2024
Ende: 02.10.2024
Uhrzeit: 19:45 Uhr bis 21:20 Uhr

Veranstaltungsort:

ZeitRaum Salzdahlum
Am Badeteich 15
38302 Wolfenbüttel - Salzdahlum
