



Yoga für den Bewegungsapparat

mit Gerlinde Weber

In diesem Kurs lernen Sie gezielt die Muskulatur im Becken zu stärken und die Beweglichkeit in der Wirbelsäule mit Yoga zu fördern.

Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger:innen als auch für Fortgeschrittene geeignet



Information und Anmeldung:
Burgenländische Volkshochschulen
7400 Oberwart, Schulgasse 17/ 3
0 33 52/ 34 525
e-sulyok@vhs-burgenland.at

Yoga für den Bewegungsapparat

Kursbeginn:

Do. 26.02.2026, 10 x
18:15 - 19:45 Uhr

Kursort:

Königsdorf –
Gemeindezentrum

Kurskosten:

135,00 EUR

**Bitte bringen Sie
Decke, Matte und
Sitzpolster mit.**

Zielgruppe:

**Sowohl für
Einsteiger:innen als
auch für
Fortgeschrittene
geeignet**