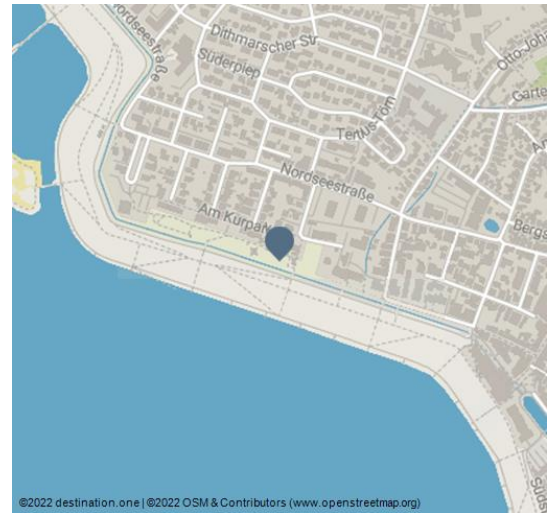




Yoga für Alle



buesum-gruppe-yoga-1280x720



Yoga mit Heike Thiede: immer mittwochs.

Erlebe eine Einführung ins Yoga, in verschiedene Atemübungen, sanfte, leichte, einfache Asanas (Körperübungen) sowie Entspannung und Meditation.

Yoga ist eine wundervolle Methode um für sich selbst etwas Gutes zu tun. Durch regelmäßige Ausführung wird die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol gehemmt und das sorgt dafür, dass du dich entspannen und dein Körper sich regenerieren kann.

Der Kurs ist sowohl für Yoga- Anfänger als auch für Fortgeschrittene.

Bitte ein Handtuch oder eine Matte mitbringen.

Merkmale:

Allgemeine Informationen

Open Air

Eignung

Zielgruppe Jugendliche, Zielgruppe Erwachsene, Zielgruppe Senioren, für Kinder (ab 10 Jahre), für Individualgäste

Fremdsprachen

Deutsch, Englisch

Preisinformationen:

Mit gültiger Gäste- oder Einwohnerkarte kostenlos.

Termine:

Veranstaltungsort:

Wohlfühlgarten (Kurpark)
Am Kurpark
25761 Büsum

☎ 04834 909-0

📞 04834 6530

🏠 www.buesum.de/

✉ info@buesum.de

Veranstalter:

Tourismus Marketing Service Büsum GmbH
Südstrand 11
25761 Büsum - 25761 Büsum

☎ 04834 - 909 0

🏠 www.buesum.de/

✉ info@buesum.de

Quelle: destination.one

ID: e_100212352

Zuletzt geändert am 14.02.2024, 14:33

Mittwoch, 12.06.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 19.06.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 26.06.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 03.07.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 17.07.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 24.07.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 31.07.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 07.08.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 14.08.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 21.08.2024, 15:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch, 28.08.2024, 15:00 - 16:00 Uhr