



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Yoga im Freien

## 60-minütige ganzheitliche Hatha Vinyasa Einheit

Themenbereich  
Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

Yoga bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Wir nutzen Yoga für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Ruhe. Yoga als Übungsweg bietet viele Instrumente wie Körper- und Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation. Geeignet für AnfängerInnen und Fortgeschrittene.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
08.05.2024

Ende  
05.06.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
18:30 Uhr

Endzeit  
19:30 Uhr

Dauer  
300 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Meran

Zielgruppe

Referent/in  
Barbara Kuen

Gebühr  
75 €

Anmeldeschluss  
08.05.2024

Kursanbieter  
KVW Bildung Meran

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Entspannt durch den Sommer ... Yoga im Freien

### Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

### Kursbeschreibung

In den Sommermonaten rollen wir unsere Yogamatte im Grünen aus. Yoga bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Wir nutzen Yoga für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Ruhe.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

26.06.2024

### Ende

24.07.2024

### Kurstage

5

### Beginnzeit

18:30 Uhr

### Endzeit

19:30 Uhr

### Dauer

300 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Meran

### Zielgruppe

### Referent/in

Barbara Kuen

### Gebühr

75 € Gebühr

### Anmeldeschluss

26.06.2024

### Kursanbieter

KVW Bildung Meran

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Pilates im Freien

Themenbereich  
Gymnastik

### Kursbeschreibung

Open Air ... wir verlegen in den Sommermonaten das Pilates ins Freie. Unter schattigen Bäumen in freier Natur wird das Figur formende Ganzkörpertraining, in dem nicht einzelne Muskeln isoliert angesprochen werden, sondern ganze Muskelketten, ein Erlebnis.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
27.06.2024

Ende  
25.07.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
18:00 Uhr

Endzeit  
19:00 Uhr

Dauer  
300 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Meran

Zielgruppe

Referent/in  
Fachreferent / Fachreferentin

Gebühr  
65 € Gebühr

Anmeldeschluss  
27.06.2024



Corsi & Percorsi  
[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Kursanbieter  
KVW Bildung Meran

Ansprechperson

Tel.  
Email

Detailseite zum Kurs

-



Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)