



KUNDALINI YOGA WINTERKURS

DEM KÖRPER UND DER SEELE GUTES TUN

Heuer bieten wir unseren Yogis und allen, die damit starten wollen, einen Winterkurs – für die optimale Entspannung während der stressigen Vorweihnachtszeit und nach dem Jahreswechsel. Den Körper dehnen, die innere Muskulatur stärken, den Geist durch Meditation und Stille beruhigen. Klingt doch verlockend, oder? Jetzt gleich anmelden!

TERMINE (jeweils 5 Einheiten, 90min)

Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Dienstags von 17:00 bis 18:30 Uhr: 8.12., 15.12.2026, 12.1., 19.1., 26.1.2027

Mittwochs von 17:15 bis 18:45 Uhr: 9.12., 16.12.2026, 13.1., 20.1. und 27.1.2027

KURSBEITRAG

€ 40,- für Gewerkschaftsmitglieder (younion HG1), € 125,- für Nicht-Mitglieder

ANMELDUNG bis spätestens 30.11.2026

per E-Mail an aktion@hg1.wien.gv.at

Alle Details und weitere Infos unter www.ksv-wien.at/yoga

