

Angebote für Yoga, Entspannung und Meditation

Herbst und Winter 2026



- **Yoga, Bewegung und Entspannung für Männer**
Dienstag 13.10.2026 bis Dienstag, 19.01.2027, 20 bis 21:30 Uhr
- **Meditative Waldwanderung**
Samstag 17.10.2026 15:00 bis 17:00 Uhr
Samstag 09.01.2027 14:00 bis 16:00 Uhr
- **Kundalini Meditation**
Donnerstag, 22.10.2026, 18:00 bis 19:30 Uhr
- **Yin-Yoga mit Klangschalen**
Samstag, 29.10.2026 18:00 bis 20:00 Uhr
- **Candlelight Yoga**
Samstag 28.11. 18:00 bis 20:00 Uhr
Samstag 16.01.2027 18:00 bis 20:00 Uhr

Alle Angebote über die VHS Unna



Weitere Infos findest Du auf meiner Webseite

www.frankwinkelkoetter.de