

# YOGA IN BISCHOFSHOFEN

## gesunde Gemeinde

**Hatha-Yoga:** steigert die Ausdauer, stärkt die Vitalität und verbessert das Körpergefühl. Es verhilft zur größeren Stressresistenz, Konzentration und bringt Körper, Geist und Seele in Einklang.

### Yogakurse

- **Yoga für deinen Rücken**  
ab Mi 15.04.2026 von 17:20 – 18:20 Uhr  
6 Einheiten € 66,-  
Sanfte Dehnungs- und Kräftigungsübungen
- **Poweryoga**  
ab Mi 15.04.2026 von 18:30 - 19:30 Uhr  
6 Einheiten € 66,- Einzelstunde € 12,-
- **Fortgeschritten**  
ab Do 16.04.2026 von 19:15 - 20:35 Uhr  
6 Einheiten € 78,- Einzelstunde € 15,-



Informationen und **Anmeldung** bei der Kursleiterin Angelika Zöchling

**Einstieg in die laufenden Kurse ist jederzeit möglich!!!**

Alle Mittwochkurse finden in der Pfarre Bischofshofen statt.  
Alle Donnerstagkurse finden in der Aula der Volksschule Markt in Bischofshofen statt.