



Yoga

Möchten Sie Ihre Beweglichkeit, Wahrnehmung, Konzentration und innere Ruhe fördern? Durch gesundheitsfördernde Yoga-, Atem-, Gleichgewichts- und Entspannungsübungen können Sie Ihr ganzheitliches Wohlbefinden stärken, Energie und Kraft aufbauen und Verspannungen abbauen. Ihre Lebensqualität und Vitalität entfalten sich und Ihr Alltag wird um eine Nuance reicher.

Angebotsnummer: 26-3Q-BE-BRU-03
Termine: 06.07.2026 - 28.09.2026
9 x Mo 13:45 - 14:45
Ausfalltage: 03.08.2026, 31.08.2026, 14.09.2026, 21.09.2026
Leitung: Beatrix Görög
Ort: Bewegungsspielraum, Kirchgasse 3, 5200 Brugg
Kosten: CHF 198.00
Anmeldefrist: 26.06.2026
Hinweis: Bequeme Kleidung, barfuss oder Antirutschsocken
Krankenkassen-Anerkennung: Dieser Kurs ist QualiCert-angewiesen und kann von Krankenkassen unterstützt werden

Mehr Informationen unter Telefon +41 62 837 50 70 oder ag.prosenectute.ch