



Weitere Infos und Anmeldung

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.

Angebot: 26-3Q-BE-MUR-05

Termine: 10.07.2026 - 25.09.2026
12 x Fr 10:30 - 11:30

Leitung: Alexandra Schönbächler-Sperl

Ort: Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Muri, Zürcherstrasse 12,
5630 Muri, Kursraum

Kosten: CHF 264.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.