



VEREIN

Donauwörth e.V.

Kneipp-Verein Donauwörth e.V.,

Jennigasse 6, 86609 Donauwörth, Telefon 0906/700 12 55

<https://www.kneipp-verein-donauwoerth.de> E-Mail: vorstand@kneipp-verein-donauwoerth.de

Kurse – Herbst 2026

Hatha-Yoga Kurs

für Einsteiger und Teilnehmer mit Grundkenntnissen!

Man praktiziert den Sonnengruß, Asanas (Yogastellungen), Atemübungen u. die Kunst d. richtigen Entspannung. Individuelle Korrektur möglich. Der eigene Körper u. Geist werden tief entspannt, Muskelkraft und -flexibilität werden aufgebaut. Bewusstes Atmen öffnet den Zugang zum eigenen Kraftreservoir.

Leitung: **Leo Stocker, Yogalehrer** seit 2006, zahlreiche Aus- und Weiterbildungen bei den Internationalen Sivananda Zentren, der weltweit größten, gemeinnützigen Yoga-Organisation; Dipl.-Ing.
Info und Anmeldung: 0152-535 702 34

Termine: 8 x Donnerstags 17.9/ 24.9/1.10/29.10/12.11/19.11/26.11/3.12
von 17.30-18.45 Uhr

Ort: Kneipp- Vereinshaus, Jennigasse 6, 86609 Donauwörth

Bitte rutschfeste Matte, lockere Sportbekleidung, Sitzkissen oder Decke mitbringen.

Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 90,00 €