



Bildungsurlaub - Yoga - Heute mal entspannt

Bildungsurlaub - Yoga - Heute mal entspannt

Wir wollen immer unser Bestes geben - im Beruf - in der Familie - im Alltag. Bevor die Reserven erschöpft sind, brauchen wir eine Auszeit, um die „Batterien“ wieder aufzuladen. Yoga bietet hierzu eine breite und tiefe Erfahrungsebene an. Yoga zum Erneuern Ihrer Energien - zum Stabilisieren Ihrer Gesundheit - zum Erfahren von Stressfaktoren - zum Umgang mit sich selbst und anderen. Diese Erfahrungen nehmen Sie mit in Ihren Alltag, in Ihren Beruf, in Ihre Familie. So können Sie sich z.B. Situationen im Arbeitsleben besser anpassen und sich behaupten ob intern mit Vorgesetzten, Kolleg/innen oder Mitarbeiter/innen oder extern Kunden. Geübt wird in der Yogatradition des Viniyogas.

Was?

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Herrn ter Horst

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Angebotstermin

Von 17.02.2025 (09:00 Uhr) bis 21.02.2025
(15:00 Uhr)

Termin(e)

17.02.2025 - 21.02.2025, 09:00 - 15:00 Uhr, 5 x

Wo?

Adresse

Pfarrheim Nörvenich, Hirtstr. 10
Hirtstraße 10
52388 Nörvenich

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Nein

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

169,50 €, bei 8 TN, inkl. Nebenkosten

Inklusion & Barrierefreiheit

Räumliche Zugänglichkeit

- Keine Angaben

Inhaltliche Zugänglichkeit

- Keine Angaben

Träger des Anbieters

Adresse

Stadtverwaltung Düren Kaiserplatz 2-4 52349
Düren

Art des Trägers

Öffentlicher Träger

Kontaktperson

Frau Dr. Viol

Telefon

02421 25-2578

Email

w.viol@dueren.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)

Durchführende Organisation

Adresse

VHS Rur-Eifel Violengasse 2 52349 Düren

Kontaktperson

Yasmin Cevik

Telefon

02421 25-2583

Email

y.cevik@dueren.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)