

Bewegung und Entspannung

# Yoga-Workshop

## für Kinder ab 8 & Jugendliche



Yoga kann dir helfen, dich besser zu fühlen, zu lernen und zu leben. In diesem Kurs lernst du: Hatha Yoga. Es ist gut für Anfänger\*innen geeignet, da es dir die Grundlagen von Yoga vermittelt. Probiere es mal aus und entdecke, was Yoga für dich tun kann!

**Kursleitung:**  
Steffi Bosch

**Samstag, 21.02.2026**

**14:00–17:00 Uhr**

**Lahntal-Caldern, DGH**

Anmeldung und Infos unter  
Außenstelle Lahntal / 06420 1510  
[www.vhs.marburg-biedenkopf.de](http://www.vhs.marburg-biedenkopf.de)

