

Workshops 2026

Juni

Yoga Workshop für die Körpermitte für mehr Aufrichtung – Rücken, Bauch & Hüftbeuger

Sa, 06.06.26 10:00-11:30 Corinna Schimpf SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Yoga/

Yoga Workshop: Kraft im Alltag & für Yoga - Starke Schultern, entspannter Nacken

Sa, 13.06.26 10:00-11:30 Christina Schindler SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Yoga/

Juli

Meditation einüben

Sa, 11.07.26 09:00-11:00 Hildegard Seng SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Meditationeinueben/

Yoga Workshop: Sonne und Mond – erlebe den Sonnengruß und den Mondgruß

Sa, 18.07.26 09:30-11:30 Osina Jung SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Yoga/

Oktober

Meditation einüben

Sa, 10.10.26 09:00-11:00 Hildegard Seng SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Meditationeinueben/

November

Meditation einüben

Sa, 07.11.26 09:00-11:00 Hildegard Seng SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Meditationeinueben/

Achtsamkeitsworkshop

So, 22.11.26 10:00-14:00 Alexandra Mayer SSC-Kita/Raum oben

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Achtsamkeitstraining/

Workshops 2027

Januar

Yoga Workshop: Praxis der 108 Sonnengrüße

Sa, 09.01.27 14:00-15:30 Alexej Lvov SSC-Kita/Halle unten

Online buchen unter: ssc-karlsruhe.de/Sportarten/Yoga/