



# Vinyasa YOGA



## Ziele und Inhalte:

### Vinyasa Yoga, (Level 2-3)

Vinyasa Yoga ist eine Yoga Form die das Energieniveau hebt, fitnessorientiert, dynamisch und kraftvoll gestaltet ist.

Vinyasa Yoga ist ein modernes, ganzheitliches Yoga Workout, das für jedermann erlernbar und praktizierbar ist.

**Bitte eigene Yoga Matte mitbringen.**

---

**Beginn Kurs 1:      Mittwoch, 07.01.2026**

**Beginn Kurs 2:      Mittwoch, 22.04.2026**

**Kurstage:            Mittwoch, 18.15 Uhr – 19.30 Uhr**  
**St. Konrad Bewegungsraum**

**Leitung:             Ina Krabbe (Yogalehrerin)**

**Preis:                80.- € / Kurs, 10 Termine**  
**30.- € / Kurs, 10 Termine**  
**(für Mitglieder des Turnverein Villingen)**

**Anmeldung:        Online unter [www.tvvillingen.de](http://www.tvvillingen.de) oder in**  
**Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408**