

## H30-721202 YIN YOGA mit Dehnungsübungen, Klangschalen und Meditation

Beginn Samstag, 13.06.2026, 11:00 - 14:00 Uhr

---

Kursgebühr 19,50 €

---

Dauer 1 Termin

---

Kursleitung Gertraud Zechner-Sopp

---

Kursort LEV, Leverkusener Str. 7, 65929 Frankfurt

---

YIN die weibliche sanfte Form gepaart mit der männlich betonten YANG Form. Das Wechselspiel zwischen Anspannung durch fordernde Asanas YANG und dem Loslassen und der Entspannung im YIN machen diese Stunden zum besonderen Erlebnis. Nur für Mittelstufe bis Fortgeschrittene geeignet.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.06.2026	11:00 - 14:00 Uhr	Evangelisches Familienzentrum Höchst, Dietrich-Bonhoeffer-Haus

---

[zur Kursdetail-Seite](#)