

Herbst
2026

YOGA

Feldkirch + Wildhaus



Ästhetische Bewegung
Psychische Stabilität
Lernen fürs Leben

Yogakurse

ab 14. September 2026

Montag

19.30 - 21.00

im Sunnehus

Wildhaus CH

Dienstag

9.30 - 10.30

18.00 - 19.30

Mittwoch

19.00 - 20.30

Donnerstag

19.00 - 20.30

Feldkirch-Nofels, Kohlgasse 3

Yoga Einzelstunden - individuell abgestimmtes Übungskonzept

Seelenübungen

Donnerstag 17.00 - 18.30

Ruhige, geordnete Wahrnehmungen stärken die Nerven, schenken neue Lebenskräfte und erweitern den Blickwinkel. Bei den „Seelenübungen“ steht ein Objekt nach Wahl im Zentrum der Betrachtung.

Zeichnen für Jeden

Freitag 14.00 - ca. 17.00

am 25.9., 23.10. und 20.11.2026 + weitere Termine

Zeichnen macht Freude und Jeder kann es durch Üben und genaues Hinschauen weiter entwickeln. Wir haben jeweils ein bestimmtes Thema, zB eine Pflanze, ein Tier, eine Persönlichkeit, welche wir während dem Zeichnen ganz natürlich näher kennenlernen. Ich unterstütze dabei mit praktischen Tipps.

Petra Himmel YOGA in Feldkirch & Wildhaus

+43 676 5983573 yogapetra@posteo.at www.yogapetra.net