

# YOGAKURS FÜR SENIOREN

## IM YOGARAUM MARIENBRÄU



ab **19.03.2026**  
jeden DO. von  
**09.00h - 10.30h**

YOGARAUM MARIENBRÄU - RUPERTISTRASSE 80 - 8075 HART BEI GRAZ  
0664/1977118 | [office@localyoga.at](mailto:office@localyoga.at) | [www.localyoga.at](http://www.localyoga.at) |   [localyoga108](#)

## Sat Nam & Namaste!

**Was verstehen wir unter ein erfülltes Leben?**

**Wie verbessern wir unsere Lebensqualität?**

**Wie bringe ich Freude in mein Herz?**

Dieser Yogakurs des speziell auf die Bedürfnisse von Senioren abgestimmt. Sie benötigen keine Vorkenntnisse. Alles was sie brauchen ist eine Yogamatte, ein Sitzkissen und eine Decke.

Seit über 15 Jahren unterrichte ich mit Herz und Hingabe Yoga und Meditation. Yoga ist für mich weit mehr als eine Übung - es ist eine Lebensphilosophie, hält Körper, Geist und Seele in Balance und schenkt mir Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude.

Ich freue mich sehr, sie in meinem Kurs willkommen zu heißen.

Gemeinsam tauchen wir in die Welt des Yoga und der heilsamen Klänge ein.

Alles Liebe

*Wolfgang*



## Zahlen und Fakten

**Kursleitung und Anmeldung:**

Ing. Wolfgang Hasenhütl

**Kursort: Yogaraum Marienbräu**

Rupertstrasse 80, 8075 Hart b. Graz

**Kursdauer:**

von 19.03. - 09.07.2026

**Semesterbeitrag: € 324.-**

**Bankverbindung:**

Wolfgang Hasenhütl

Petersbergenstrasse 160, 8042 Graz

AT91 2081 5000 0678 2387

**Weitere Kurse in Graz:**

**DI:** 6.00h-7.30h Shoonya Yoga

Sparbersbachgasse 40, 8010 Graz

**MI:** 19.30h-21.00h Bewegungsraum St. Veit

St. Veiter Straße 86, 8046 Graz

**Fr:** 09.00h-10.30h Haus der Baubiologie

Moserhofgasse 35, 8010 Graz

Wenn sie einen meiner Kurse buchen, können sie zusätzlich und ohne weitere Kosten, an all meinen wöchentlichen Kursen teilnehmen.

**YOGARAUM MARIENBRÄU - RUPERTISTRASSE 80 - 8075 HART BEI GRAZ**

0664/1977118 | [office@localyoga.at](mailto:office@localyoga.at) | [www.localyoga.at](http://www.localyoga.at) |   [localyoga108](https://www.instagram.com/localyoga108)