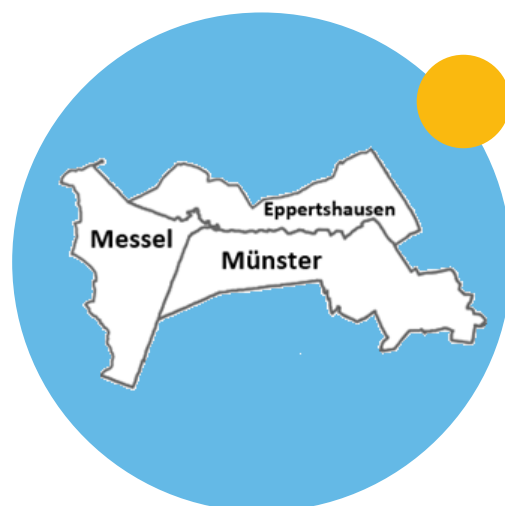


# Ihre vhs vor Ort

## Kurse in Messel, Eppertshausen und Münster



### **Yin- und Hatha Yoga für Fortgeschrittene**

Di, ab 26.08.2025 • 17:45-19:15 Uhr

10 Termine • Eppertshausen • 03-01-5120

Di, ab 26.08.2025 • 19:30-21:00 Uhr

10 Termine • Eppertshausen • 03-01-5106

### **Ganzheitliches Rückentraining**

Do, ab 11.09.2025 • 20:00-21:15 Uhr

12 Termine • Eppertshausen • 03-02-5115

### **BodyArt® meets Pilates matwork – flow and mobility**

Mo, ab 15.09.2025 • 19:05-20:05 Uhr

12 Termine • Münster • 03-02-5119

### **Yoga und BodyArt® kombiniert**

Mo, ab 15.09.2025 • 17:45-18:55 Uhr

12 Termine • Münster • 03-02-5120

### **Der Wald und seine Pilze – Exkursion im Septemberwald**

Fr, 19.09.2025 • 14:30-17:30 Uhr

1 Termin • Eppertshausen • 03-05-5108

### **Yin Yoga und Meditation - Workshop**

Sa, ab 27.09.2025 • 10:00-12:30 Uhr

2 Termine • Messel • 03-01-5170

### **Hatha Yoga nur für Männer**

Mo, ab 29.09.2025 • 20:15-21:25 Uhr

10 Termine • Münster • 03-01-5124

### **Hatha Yoga**

Mi, ab 22.10.2025 • 18:00-19:30 Uhr

8 Termine • Messel • 03-01-5107

### **Malen macht mutig! Ausdrucksmalen auf einer Reise mit Farben**

Sa, 08.11.2025 • 14:00-17:00 Uhr

1 Termin • Münster • 02-07-5111

### **Yin- und Hatha Yoga für Fortgeschrittene**

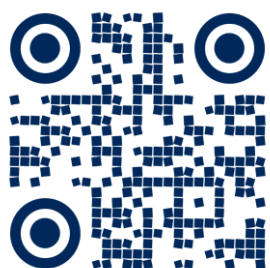
Di, ab 20.01.2026 • 17:45-19:15 Uhr

5 Termine • Eppertshausen • 03-01-5119

Di, ab 20.01.2026 • 19:30-21:00 Uhr

5 Termine • Eppertshausen • 03-01-5105

[vhs.ladadi.de](https://vhs.ladadi.de)



06151 881-2301

Die hier abgebildeten Angebote stellen nur  
einen Auszug unseres Gesamtprogramms dar.  
Auf unserer Homepage finden Sie fortlaufend  
unser vollständiges aktuelles Programm.

Herbst/Winter 2025