

Yoga- & Selfcare Retreat

29.11.2025 | 09.30 - 17.30 Uhr | Köln

Infos

Teilnahme an den Programmpunkten vor Ort

Die Kurse finden in verschiedenen Räumen statt. Die Anzahl der Plätze pro Programmpunkt ist begrenzt. Unser Motto vor Ort lautet: first come, first serve. Mache Dir am besten im Vorhinein schon Gedanken, an welchen Programmpunkten Du teilnehmen möchtest.

Solltest Du am Veranstaltungstag für Deinen Wunschkurs einmal keinen Platz mehr bekommen, ist für Dich aber in jedem Fall ein Platz in einem anderen Kurs desselben Zeitslots garantiert.

Equipment

Wir haben einen Grundstock an Yogamatten – bringe aber gerne Deine eigene Matte mit. Ausreichend Bolster, Kissen und Decken sind vorhanden.



Anfahrt

Unsere Adresse:

ALH-Akademie & Deutsche Sportakademie Seminarzentrum
Poller Kirchweg 101
51105 Köln

Mit dem Auto

Aus der Kölner City:

- Fahre über die Severinsbrücke Richtung Östlicher Zubringer
- Halte Dich rechts, Richtung Deutzer Ring
- Nimm die Abfahrt Deutz/ Poll/ Eduardus
- Von Im Hasental biegst Du nach links auf die Siegburger Straße ab
- Biege nach rechts in den Poller Kirchweg ab. Auf der linken Seite, Nr. 101, siehst Du nun den Sitz des Seminarzentrums.
- Kostenfreie Parkplätze findest Du an den Fahrbahnseiten, auch in einigen Nebenstraßen.

Yoga- & Selfcare Retreat

29.11.2025 | 09.30 - 17.30 Uhr | Köln

Aus östlicher Richtung:

- Fahre auf die A4 in Richtung Köln und weiter auf der B55a. Nimm die Ausfahrt Richtung Deutz/ Odysseum/ Lanxess Arena/ Köln Arcaden.
- Fahre auf der Str. des 17. Juni bis zur Kalker Hauptstr. und biege rechts ab.
- Nimm die Ausfahrt Deutz Poll/ Eduardus und fahre auf Im Hasental weiter. Biege links auf die Siegburger Str. ab. Nach ca. 700m biegst du rechts ab und direkt am Anschluss rechts auf den Poller Kirchweg.
- Auf der linken Seite siehst Du das Seminarzentrum.
- Kostenfreie Parkplätze findest Du an den Fahrbahnseiten, auch in einigen Nebenstraßen.

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Innerhalb von Köln:

- Mit der Straßenbahn (Linie 7) fährst Du bis zur Haltestelle Raiffeisenstraße. Von hier aus kannst Du zu Fuß gehen:
- Biege von der Siegburger Straße in die Raiffeisenstraße ein und laufe geradeaus durch das Wohngebiet bis zum Poller Kirchweg.
- Biege links auf den Poller Kirchweg ab und laufe bis zur Hausnummer 101. Auf der linken Seite siehst Du das Seminarzentrum.

Vom Hauptbahnhof Köln:

- Nimm die Straßenbahn (Linie 5) bis zur Haltestelle Heumarkt.
- Steige um in die Straßenbahn (Linie 7) Richtung Zündorf und fahre bis zur Haltestelle Raiffeisenstraße. Von hier aus kannst Du zu Fuß gehen:
- Biege von der Siegburger Straße in die Raiffeisenstraße ein und laufe geradeaus durch das Wohngebiet bis zum Poller Kirchweg.
- Biege links auf den Poller Kirchweg ab und laufe bis zur Hausnummer 101. Auf der linken Seite siehst Du das Seminarzentrum.

Vom Flughafen Köln-Bonn:

- Nimm die S19 oder RB27 Richtung Mönchengladbach und fahre bis Köln Messe/ Deutz.
- Laufe bis zur Straßenbahnstation Deutzer Freiheit. Dazu gehe vom Ottoplatz Richtung Westen und biege links auf den Auenweg, links auf die Opladender Str. und links auf die Mindener Str. bis du die Station siehst.
- Nimm die Straßenbahnlinie 7 Richtung Zündorf und fahre bis zur Station Raiffaisenstr. Von hier aus kannst Du zu Fuß gehen:
- Biege von der Siegburger Straße in die Raiffeisenstraße ein und laufe geradeaus durch das Wohngebiet bis zum Poller Kirchweg.
- Biege links auf den Poller Kirchweg ab und laufe bis zur Hausnummer 101. Auf der linken Seite siehst Du das Seminarzentrum.