

## Yoga für Schwangere

**6 Einheiten á 90 Minuten**

**Mo 06.01.2025, 9.00 - 10.30 Uhr**

Yoga schafft eine wunderbare Basis für die Geburt. Die achtsamen Übungen wirken sanft typischen Schwangerschaftsbeschwerden entgegen. Der Kurs eignet sich für alle werdenden Mütter ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt.

weitere Kurse beginnen jeweils:  
Mo. 17.02./ 28.04./ 23.06.2025

Weitere Infos, Kurse und Termine unter:  
[www.lena-yoga.de](http://www.lena-yoga.de) oder [www.biburger-hebammenpraxis.de](http://www.biburger-hebammenpraxis.de)

Biburger Stadl, Biburg 2, 84558 Kirchweidach

### Referentin

Lena Rottenaicher

### Kosten

85 Euro

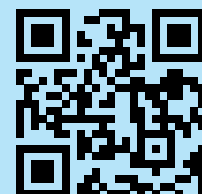
### Anmeldung

0179/6732884 (Lena Rottenaicher) oder [lena.rottenaicher@gmx.de](mailto:lena.rottenaicher@gmx.de)



LENA ROTTENAICHER  
YOGALEHRERIN

**mehr Infos &  
Anmeldung**



VÖ: 2025-02-07 12:19:18