KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Yoga für Schwangere

8 Einheiten á 90 Minuten

Mo 11.05.2026, 9.00 Uhr - Mo 13.07.2026, 10.30 Uhr

LENA ROTTENAICHER
YOGALEHRERIN

Um ein Kind zu gebären braucht es Ruhe, Entspannung und Vertrauen in Dich und Deinen Körper. Keine Geburt gleicht der anderen. Mit Yoga bleibst Du beweglich, linderst Beschwerden und schaffst eine wunderbare Basis für alles was auf Dich zukommt. Mutter zu werden ist eine der besten Möglichkeiten zu reifen, denn die Liebe unserer Kinder macht uns auf eine Art und Weise verletzlich wie das in keiner anderen Beziehung geschieht. Ich freue mich, Dich zu inspirieren und zu begleiten. Yoga-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Du bist immer willkommen.

weitere Kurse immer Montags von 9 - 10.30 Uhr

Weitere Infos, Angebote und Termine unter:
www.lena-yoga.de oder www.biburger-hebammenpraxis.de

Ort
Biburger Lebensstadl, Biburg 2, 84558 Kirchweidach

Referentin
Lena Rottenaicher

Kosten
120 Euro
Kurskosten werden je nach Krankenkasse bis zu 100 % erstattet

Anmeldung
0179/6732884 (Lena Rottenaicher) oder www.lena-yoga.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-10-27 09:31:50

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de