



Yoga für Schwangere

Die Schwangerschaft ist eine wunderbare Gelegenheit sich selbst und dem Kind zu begegnen und sich auf das Muttersein vorzubereiten.

Yoga kann werdenden Müttern helfen mit den unterschiedlichen Veränderungen während dieser ganz besonderen Zeit besser umzugehen.

Wir werden Yoga praktizieren und meditieren um sich und dem Baby körperlich, emotional, mental und spirituell Gutes zu tun.

Wir bieten diesen anmeldepflichtigen Kurs ab September 2019 bei uns an.

Auskunft erteilt die ISV -Geschäftsstelle

unter Tel. 58 79 41

