



# Yoga „Mama & Baby“ Kurs vom 19.4.-7.6.18



Yogakurs zur Unterstützung des  
Rückbildungsprozesses:  
Donnerstags von 9.30-10.30  
Kosten: 66 € für 6 Termine à 60 Minuten

Hier kannst du Entspannung finden und zurück in die eigene Kraft kommen. Die Belebung des Beckenbodens und Kräftigung des Schulter-/Nackensbereiches stehen im Vordergrund. Dein Baby ist herzlich willkommen. Der Kurs richtet sich an Frauen im ersten Jahr nach der Geburt und findet in der Lahnstraße 7 in Gießen statt.