

Yoga für Schwangere

Montags 13.00 - 14.30
6 Termine: 6.11. - 11.12.17

Durch sinnvoll geführte Asana Sequenzen/ Körperhaltungen und Atemübungen werden nicht nur viele Beschwerden in dieser besonderen Zeit gelindert, der Unterricht gibt der Mutter und dem jungen Leben zudem die Möglichkeit, liebevoll miteinander in Kontakt zu kommen und gemeinsam fit zu bleiben.

Prenatal Yoga ist die ideale Begleitung durch die Schwangerschaft von Beginn bis Ende und

eine wunderbare sanfte
Vorbereitung auf die Geburt.

Ludmilla Euler

Yogalehrerin (BYV)

ausgebildet in der Tradition des integralen Yogas nach Swami Sivananda und Swami Vishnu Devananda, ausgebildete Kinesiologin (Touch for Health, Three in One Concepts nach Stokes und Whiteside), Dipl.-Kunstpäd./therapeutin – Theaterpädagogik

Eine Kurseinheit umfasst 6 Termine von jeweils 90 Minuten und kostet 72 Euro bzw. 60 Euro für Vereinsmitglieder.

MüZe Süd Familienzentrum Stuttgart e.V.
im Generationenhaus Heschl Gebr.-Schmid-Weg 13
info@mueze-stuttgart.de 649 17 56