



Mama Moves - Tanz und Entspannung für Schwangere Zur Einstimmung auf Geburt und Baby

Kurs / Workshop

Mama Moves - Tanz und Entspannung für Schwangere Zur Einstimmung auf Geburt und Baby

Hey werdende Mama! In unserem Kurs verbinden wir Tanz, sanfte Bewegungen, Atmung und Stimme, um dich und dein Baby entspannt auf die Geburt vorzubereiten. Spüre die Verbindung zu deinem kleinen Wunder, lass den Stress hinter dir und stärke dein Vertrauen in deinen Körper. Gemeinsam schaffen wir Momente der Ruhe und Kraft. Ab der 13. Schwangerschaftswoche bist du herzlich eingeladen, mitzumachen!

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Frau Ruiz Quintero, ASG-Bildungsforum, Frau Stephan

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

04.09.2025 - 02.10.2025, 19:30 - 20:30 Uhr, Do

Angebotstermin

Von 04.09.2025 (19:30 Uhr) bis 02.10.2025 (20:30 Uhr)

Wo?

Familientreff Oberkassel

Wildenbruchstraße 27
40545 Düsseldorf

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

65,00 €

Trägerschaft

ASG-Bildungsforum e.V.

Gerresheimer Straße 90
40233 Düsseldorf

Art des Trägers

Freier Träger (konfessionell)

Name Kontaktperson

Petra Budde

Telefon

0211-17400

Email

asg@asg-bildungsforum.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)