



Schwangerschafts-Yoga

KURS / WORKSHOP

Yoga für Schwangere

Im Yoga für Schwangere liegt der Schwerpunkt auf Übungen, die den typischen Schwangerschaftsbeschwerden entgegen wirken und sie lindern können. Hierfür sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Wir praktizieren eine Kombination aus Übungen des Hatha- und des Kundalini-Yoga, auch hier liegt der besondere Fokus auf dem bewussten Atmen, durch den es zum einen möglich ist, Mutter und Kind optimal mit Sauerstoff und Lebensenergie zu versorgen, und der uns auch ermöglicht, das vegetative Nervensystem direkt und in kürzester Zeit positiv zu beeinflussen. Die Stunden sind eine wunderbare Gelegenheit, sich für eine Weile ganz mit sich und dem werdenden Leben zu beschäftigen, eine wohlverdiente Auszeit zur Rückbesinnung auf das Wesentliche. Ein Einstieg ist zu jedem Zeitpunkt der Schwangerschaft möglich.

Was?

ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop

ALTER DES KINDES

vor der Geburt

KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON

Anja Laudowicz-Bodi (Yogalehrerin)

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Dauerhaftes Angebot

ADRESSE

Praxisgemeinschaft Familie und Gesundheit

Kreuzstraße 9

50354 Hürth

TERMIN(E)

Termin bitte erfragen. Wöchentliches Angebot.

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

KOSTEN DES ANGEBOTS

Pro Termin (90 min) 13,50 EUR.

Durchführende Organisation

ADRESSE

**Praxisgemeinschaft Familie
und Gesundheit** Kreuzstraße 9
50354 Hürth

KONTAKTPERSON

Anja Laudowicz-Bodi

LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des
Anbieters](#)

TELEFON

+49 (0)1 77 - 4 43 36 35

ALLE ANGEBOTE DIESES
ANBIETERS

[Andere Angebote dieses
Anbieters](#)

EMAIL

laudowiczbodi@aol.com

Träger des Anbieters

ART DES TRÄGERS

Freier Träger (privat-gewerblich)