

Yoga

Regeneration und Kräftigung nach der Schwangerschaft

Das Leben nach der Geburt Ihres Kindes hat sich sehr verändert.

Umso mehr muss es Ihnen jetzt wichtig sein, Ihre eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren, um körperlich und geistig neue Kraft zu schöpfen, zu entspannen und loszulassen und voller Lebensfreude den Alltg mit der Familie zu gestalten.

Sie schaffen sich eine Basis, mit der Wünsche, Träume und Ziele verwirklicht werden können.

Leitung:

Stephanie Haßlöcher-Grimm, Ausbildung am Institut für Yoga in Darmstadt in Hatha-Yoga.

Preis für 10 Abende:

119,00 € (Nutzungstermine 3 Monate möglich)

Kurse:

donnerstags von 20.00 - 21.30 Uhr, Anmeldung erforderlich

Teilnehmerzahl: mindestens 6 Personen

Termine auf Anfrage