



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Rückbildungsyoga

(ohne Babys)

Mo 13.01.2020, 18.00 - 19.00 Uhr

Ort:

Unterneukirchen, Hebammenpraxis Gründl, Baumgartner 1, 84556 Kastl

In der Zeit nach der Geburt kann Kundaliniyoga dich auf vielfältige Weise unterstützen: In den Körperübungen, der Atemarbeit, der Entspannung. Es ist eine große Hilfe dich in "dein neues Leben mit Baby" gut einzufinden, deinen Körper bewusst wahrzunehmen und die Augenblicke besser genießen zu können. Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke. In den Ferien finden keine Kurse statt. Weitere Infos unter:
www.hebammenpraxis-baumgarten.de

Referentin:

Elisabeth Gründl

Kosten:

68 Euro/10x60 Min

Veröffentlichungsdatum: 20.01.2020

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de