

YOGA MIT BABY



Yoga mit Baby

Ein liebevoller Raum für dich und dein Baby – zum Ankommen, Durchatmen und Wohlfühlen.

Wir üben sanfte Asanas mit und ohne Baby, stärken achtsam den Körper nach der Geburt und schenken zugleich Nähe und Verbundenheit.

Die Bewegungen unterstützen deine Rückbildung, lösen Verspannungen und bringen Leichtigkeit in Schultern und Rücken – ein wohltuender Ausgleich zum Tragen, Stillen oder Füttern.

Hier darf alles sein: Lachen, Kuscheln, Wiegen, Pause machen.

Ganz ohne Druck – nur du, dein Baby und Zeit zum Spüren.

Kursstart:

Montag 12.01.2026
10.15-11.00 Uhr

Termine:

12.01.26, 19.01.26, 26.01.26, 02.02.26,
09.02.26, 23.02.26, 02.03.26, 09.03.26

148€

zur Anmeldung & bei Fragen melde dich
gerne unter:

Instagram: [nicole_yogaminis](#)

Mail: info@yogaminis.de

Whatsapp: 0179/4257576



Yogainsel Schwaikheim
Bahnhofstr.61
71409 Schwaikheim