

YOGA MIT BABY

nach der Rückbildung bis Krabbelalter

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.

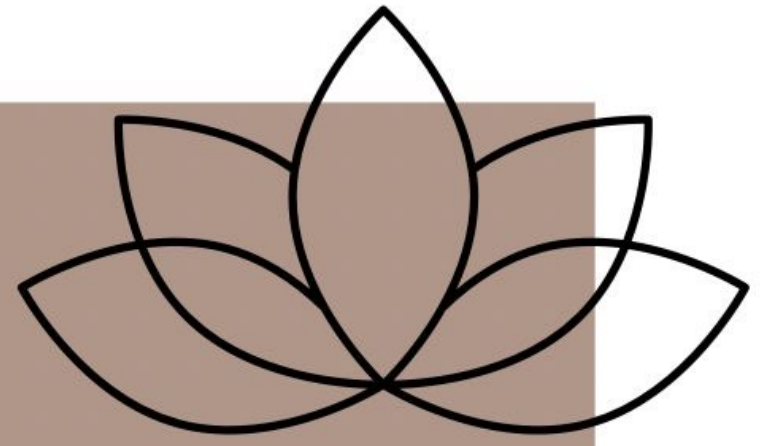
Kurs:
montags, 10.15-11.00 Uhr

Termine:
23.03.26, 13.04.26, 20.04.26
27.04.26, 04.05.26, 11.05.26

120€

Zur Anmeldung & bei Fragen melde dich gerne unter:

Instagram: nicole_yogaminis
Whatsapp: 0179/4257576
E-Mail: info@yogaminis.de



Yogainsel Schwaikheim
Bahnhofstr.61
71409 Schwaikheim