

Yoga

in der
Schwangerschaft



Yoga in der Schwangerschaft

körperlich und mental fit für ein neues Leben

Als werdende Mutter lernst du, entspannt und körperlich fit zu sein.

Alle Yoga Stellungen, Atem- und Entspannungsübungen sind speziell für dich.

Du kannst dich optimal auf eine angstfreie Geburt und die fordernde Zeit als Mutter vorbereiten.

- + Kartenset für deine Übungspraxis zu Hause
- den KursRaum in Neumünster, Preise und die aktuellen Kurszeiten findest du auf meiner WebSeite inge-mergenthaler.de
- Probestunde 10€

Anmeldung unter:

Inge Mergenthaler Dipl. Yogatherapeutin, Yogalehrerin, Kinder-/Krankenschwester
04321 3017699 yoga@inge-mergenthaler.de ■ inge-mergenthaler.de

