



Yoga für Schwangere

Die Übungen helfen bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden, beugen Rückenschmerzen vor und schenken Entspannung. Eine Teilnahme ist ab der 12. Schwangerschaftswoche möglich.

von 19:00 - 20:15 Uhr TN-Beitrag pro Kurs: 120 € für 8 Termine

- **Kurs-Nr. 04-2024-2**
Montag, 03.06.2024 – 22.07.2024
- **Kurs-Nr. 04-2024-3**
Montag, 05.08.2024 - 02.09.2024
TN-Beitrag: 75 €, 5 Termine
- **Kurs-Nr. 04-2024-4**
Montag, 23.09.2024 - 18.11.2024
- **Kurs-Nr. 04-2024-5**
Montag, 02.12.2024 - 03.02.2025

Infos und Anmeldung:

Familienzentrum der Caritas in Bietigheim-Bissingen

Montag - Freitag von 9 - 12 Uhr

Telefon: 07142 9135-0

E-Mail: cz-bietigheim@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de