

yoga

IN DER SCHWANGERSCHAFT ATEM • ACHTSAMKEIT • MOBILITÄT

Geburtsvorbereitendes Yoga - zur Ruhe kommen, Entspannungs- und Atemtechniken erlernen, Körper mobilisieren & stärken, Schwangerschaftsbeschwerden vorbeugen & lindern,

Wo?

im Storchennest im
Krankenhaus Herrenberg

Wann?

Mittwoch 18:00 Uhr - 19:15 Uhr

Kosten?

80€ für 6 Kursstunden
Schnupperstunde 10€



Franziska Hessenbrück
Hebamme & Yogalehrerin

ANMELDUNG UNTER:

kontakt@hebayoga.de

Ab Februar 2026

Keine Vorkenntnisse nötig • für jede SSW geeignet