

# Yoga für Schwangere

# Yoga für Schwangere

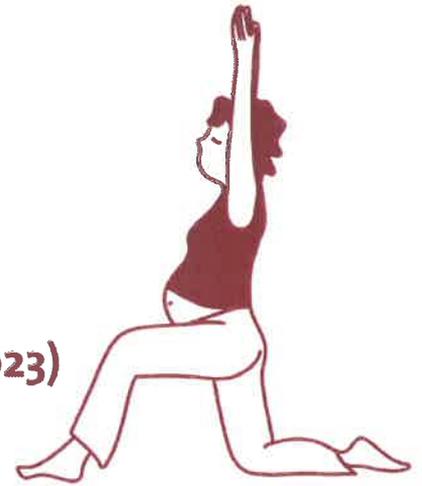
Einstieg ab der 14. SSW  
mit & ohne Yoga - Erfahrung

sanfte Bewegungsabfolgen unterstützen Körper,  
Geist und Seele ganzheitlich in der Schwangerschaft

**ATMEN \* MOBILISIEREN \* KRÄFTIGEN \* DEHNEN**

Leitung: Monika Knapp  
Hebamme und Yogalehrerin

Termin: 6 x montags 10 – 11:30 Uhr  
(05.06./12.06./26.06./03.07./10.07./17.07.2023)  
Kosten: 35 €



Mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissen, Getränk  
Teilnahme in Rücksprache mit Ihrem Frauenarzt / Frauenärztin

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bei pro familia an unter:  
Tel.: 089 89 76 73-0 oder per Mail:  
muenchen-neuaubing@profamilia.de

**Schwangeren- und Familien-  
beratungsstelle** (staatl. anerk.)

Bodenseestr. 226  
81243 München  
Tel. (089) 89 76 73 – 0  
muenchen-neuaubing  
@profamilia.de