



Ressourcen-Yoga: Sanfte Übungen für mehr Wohlbefinden in der Schwangerschaft

BEGEGNEN SIE DEN ENTWICKLUNGEN DER SCHWANGERSCHAFT RUHIGER UND GELASSENER – MIT DEN KÖRPER-, ATEM- UND MEDITATIONSÜBUNGEN DES YOGA. SIE STÄRKEN UND UNTERSTÜTZEN DEN KÖRPER, BRINGEN IHNEN TIEFE ENTSPANNUNG UND LASSEN VIEL RAUM FÜR EINEN SENSIBLEN KONTAKT ZUM KIND.

- Beginn:** Mittwoch, 12.10. – 14.12.2016 (nicht 23.11.), 18.00 – 19.30 Uhr, 9 Abende
Ort: UKM Geburtshilfe, Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude A1, Entspannungsraum, Ebene 10 B West, neben dem Familiencafé
Gebühr: 52,20 Euro
Leitung: Monika Spöhle
Information: Ev. Familienbildungsstätte Münster, T 0251 4816780
Anmeldung und Auskunft: T 0251 83-48212 (Frau Andrea Ulf, Sekretariat Prof. Dr. Walter Klockenbusch)