

Yoga für Schwangere & Yoga für Mamis
Kurse bei Anne Schulenburg im Studio am Park, Genthin

Anfragen über 01727357288

www.yogani.me

Ja - ich bin ausgebildete Pre - und Postnatal-Yogalehrerin und biete von Zeit zu Zeit Kurse für Schwangere und auch für Mamis an. Diese sind nicht durchgängig aber sobald sich eine Gruppe von ca 6 Schwangeren findet, starte ich den Kurs. Die Schwangeren gehen dann auch meist ins Postnatal Yoga über, sobald die Babies da sind und das Wochenbett gut überstanden ist.



STUDIO AM PARK
**YOGA FÜR
MAMIS**
Postnatal

- ☛ Yoga nach der Geburt für eine wirksame Rückbildung & starke Körpermitte
- ☛ Körperliches und geistiges Wohlbefinden nach dem Wochenbett
- ☛ Wann?
ab September 25
6x Mittwochs
09:30-10:30 Uhr
- ☛ Wo?
im STUDIO am Park
Parkstraße 8, Genthin

ANMELDUNG zur Warteliste unter 01727357288
www.yogani.me · Anne Schulenburg

The flyer features a central image of a woman in white performing a yoga pose on a mat, with a young child sitting on her legs. The background is light blue with gold leaf motifs and a white brick wall. A gold lotus logo is at the top left.



STUDIO AM PARK
**YOGA FÜR
SCHWANGERE**
Pränatal

- ☛ Körperwahrnehmung und Intuition geburtsvorbereitend stärken
- ☛ Geeignet für jedes Trimester
- ☛ Ohne Vorkenntnisse

Wo?
im STUDIO am Park
Parkstraße 8, Genthin

Termine und ANMELDUNG zur Warteliste unter
01727357288 · www.yogani.me · Anne Schulenburg

The flyer features a central image of a pregnant woman in a grey top and black leggings performing a yoga pose on a purple mat. The background is light pink with gold leaf motifs and a white brick wall. A gold lotus logo is at the top left.