

Unser Kursangebot für Ihre Schwangerschafts- und Rückbildungszeit

| Montag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|---|---|
| 9.15 – 10.15 Schwangerenyoga Effingerstrasse 3 | 9.00 – 10.15 Yoga f. BB/Rücken/Bauch Beaumontweg 12 | 9.00 – 10.15 Hormonyoga Beaumontweg 12 | 10.00 – 11.30 Schwangerenyoga Beaumontweg 12 |
| 10.30 – 11.30 Rückbildung Effingerstrasse 3 | 10.30 – 11.30 Rückbildung Effingerstrasse 3 | 10.40 – 11.40 Mami&Baby Beaumontweg 12 | 11.50 – 13.00 Babymassage Beaumont/Daten s. Website |
| 10.00 – 11.30 Eltern-Kind Entdeckungsraum (auch am Dienstag 15.00, Daten siehe Website) Beaumontweg 12 | 12.15 – 13.15 Schwangerenyoga Effingerstrasse 3 | 12.15 – 13.15 Rückbildung Beaumontweg 12 | 15.00 – 16.15 Atmung & Visualisation für Schwangere Beaumont/Daten s. Website |
| | 14.00 – 17.00 HypnoBirthing® 9punkt9-Praxis | | |
| 17.45 – 18.45 Schwangerenyoga Kirchberg | 15.30 – 16.15 Musig Kreisli (Dialekt) Beaumontweg 12 | 15.30 – 16.15 Music Circle (English) Beaumontweg 12 | Ganztags HypnoBirthing® Einzelsitzungen Paare/Frauen Kirchberg |
| 19.00 – 20.00 Schwangerenyoga Kirchberg | 18.00 – 19.30 Schwangerenyoga Beaumontweg 12 | | |
| | 20.00 – 21.30 Yoga für alle Beaumontweg 12 | 20.15 – 21.30 mehr als Rückbildung Beaumontweg 12 | |