



Yoga für Fortgeschrittene Nr. 55221- inklusive 20€ Verpflegungspauschale

Dieses Seminar ist konzipiert für Hebammen, die bereits Erfahrung mit Yoga in Ihren Kursen (Geburtsvorbereitung und Rückbildung) gemacht haben. Die erlernten Übungen können bei Beschwerden in der Schwangerschaft helfen.

Themen:

Vertiefung von detaillierten Yogahaltungen zur Geburtsvorbereitung und Rückbildung aus dem Marma Yoga, mit Anatomie. Mentale Vorbereitung auf die Geburt durch Atemübungen, Mudras und Meditation.

Referentin: Christine Dettmar, Marma Yogalehrerin, Ayurveda- und Ernährungsberaterin

Wann: 07. Oktober 2023 von 09:30- 17:30 Uhr

Wo: Hotel St. Elisabeth, Konradstraße 1, 78476 Allensbach-Hegne

Bitte mitbringen: Yogamatte und bequeme Kleidung

Kosten inklusive Verpflegung:

Mitglieder 177€

Nichtmitglieder 266€

Wir bescheinigen 8,6 Fortbildungsstunden (4 Schwangerschaft, 4,5 Fach- und Methodenkompetenz)