



### **Yoga für Mütter mit Baby & Babymassage**

Der Kurs ist geeignet für Frauen im ersten Jahr nach der Geburt, ab ca. 6 Wochen nach der Entbindung. Es werden Übungen angeboten, die den Beckenboden und die Rücken- bzw. Bauchmuskulatur stärken.

- **Kurs-Nr. 03-2024-2**

Montag, 06.05.2024 - 07.07.2024

jeweils von 10:00 – 11:00 Uhr

TN-Beitrag: 105 €, 7 Termine

- **Kurs-Nr. 03-2024-3**

Montag, 22.07.2024 - 02.09.2024

jeweils von 10:00 – 11:00 Uhr

TN-Beitrag: 105 €, 7 Termine

- **Kurs-Nr. 03-2024-4**

Montag, 23.09.2024 - 11.11.2024

jeweils von 10:00 – 11:00 Uhr

TN-Beitrag: 105 €, 7 Termine

### **Infos und Anmeldung:**

Familienzentrum der Caritas in Bietigheim-Bissingen

Montag - Freitag von 9 - 12 Uhr

Telefon: 07142 9135-0

E-Mail: [cz-bietigheim@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de](mailto:cz-bietigheim@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de)