



Aufwachsen in Wuppertal



STADT WUPPERTAL / JUGENDAMT

Yoga für Schwangere freitags

Kurs / Workshop

Yoga für Schwangere freitags

Schwangerschaftsyoga erhält die körperliche Fitness, um eine möglichst beschwerdefreie Schwangerschaft und damit auch eine rasche Rückbildung zu erreichen. Schwangere können sich durch die erlernten Atemtechniken und Entspannungsübungen emotional und mental auf die Geburt und die kommenden Herausforderungen besser vorbereiten.

Der Einstieg ist jederzeit zwischen der 13. und 28. SSW möglich.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Kursleitung:

Simone Rothlübbers

E-Mail: s.rothluebbers@gmx.de

Ansprechperson:

Nicole Fischer

Tel: +49 20225505813

E-Mail: fischer@fbs-wuppertal.de

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

09.05.2025 - 04.07.2025, freitags 18:45 bis 19:45 Uhr

Angebotstermin

Von 09.05.2025 (18:45 Uhr) bis 04.07.2025 (19:45 Uhr)

Wo?

Elternschule der Heliosklinik

Heusnerstraße 40

42283 Wuppertal

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

45.00 €

Durchführende Organisation

Katholische Familienbildungsstätte Wuppertal

Bernhard-Letterhaus-Straße 14
42275 Wuppertal

Name Kontaktperson

Nicole Fischer

Telefon

0202 25505813

Email

fischer@fbs-wuppertal.de

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

Marzellenstr. 38
50674 Köln

Art des Trägers

Freier Träger