

zwangerschapsyoga

Met zachte oefeningen je optimaal voorbereiden op je bevalling - je ongemakken verlichten - je lichaam verkennen en vertrouwen, je bekken voelen, soepel maken - je geest tot rust brengen via ademhaling en relaxatie - contact met je kindje verdiepen - samen met anderen je zwanger-zijn genieten -



CURSUS: 4-11-18 september, 2-9-16-23 oktober 2017

(indien voldoende inschrijvingen)

Maandagavonden 19:00 - 20:15 – Visésteenweg 201, 3770 Riemst

Meebrengen : losse kledij, dekentje en kussen (matten zijn ter plaatse)

Inschrijving definitief na mailtje en storting 84 € op BE67 7350 3358 1687

Voor info en inschrijving : Hilde Peeters – hilde@vrouwemantel.be.

Tel : gsm 0474 22 14 73

Organisatie. : www.vrouwemantel.be