

## BabyMassage & Yoga

Die Kraft der Berührung und Entspannung

### Erfahre

- Massagegriffe für eine Ganzkörpermassage
- leichte Dehn- und Bewegungsübungen des BabyYoga
- die Signale deines Babys lesen
- die Welt der Sinne deines Babys näher kennen
- welche Berührungen für dein Baby förderlich für Schlaf sind
- Griffe, die deinem Baby bei Unruhe und Bauchweh helfen können
- Atemtechniken für dich als Mama, um selbst schnell in Entspannung zu kommen

### Bindung & Beziehung liebevoll stärken

Wer? Babys ab ca. 4-6 Wochen bis 6 Monate mit Mama/Papa

Wann? Mittwoch

Wie? 4 Treffen je 75 Minuten

Preis? 75 € inkl. Massageöl und Handout

Mehr Infos zum Kurs findest du auf meiner Webseite.

Anmeldung ist möglich jederzeit online, per Email oder Handy.