

## Gruppenangebote vor der Geburt Jänner – März 2019

Wir laden Sie ein, sich ganz nach Ihren Bedürfnissen den eigenen Geburtsvorbereitungskurs aus einer Vielzahl von Modulen und Einzelangeboten zusammenzustellen. Unsere **Einzelbegleitung** finden Sie auf unserer Website nach Themen und Fachpersonen geordnet. Wir freuen uns, sie ein Stück in dieser spannenden Zeit begleiten zu dürfen.

7.1.-18.2.	MO	17:30	Yoga in der Schwangerschaft (in Anif)
7.1.-11.2.	MO	18:15	Yoga in der Schwangerschaft (in Bergheim)
8.1.-5.2.	DI	10:45	Qigong in der Schwangerschaft
6.2.-27.3.	MI	10:30	<b>NEU!</b> Instinctive Birth – Geburt aus eigener Kraft (in Salzburg)
6.2.-27.3.	MI	18:00	<b>NEU!</b> Yoga für die Geburt. Instinctive Birth (in Mondsee)
18.2.-25.3.	MO	18:15	Yoga in der Schwangerschaft (in Bergheim)
19.2.-19.3.	DI	10:45	Qigong in der Schwangerschaft
25.2.	MO	11:00	Feldenkrais® für Schwangere - Schnupperstunde
25.2.-1.4.	MO	17:30	Yoga in der Schwangerschaft (in Anif)
1.3.	FR	19:00	Feldenkrais® für Schwangere - Schnupperstunde
11.3.-1.7.	MO	11:00	Feldenkrais® -Methode
15.3.-5.7.	FR	19:00	Feldenkrais® -Methode
25.3.	MO	08:30	Still-Info für Schwangere

Anmeldung und nähere Infos über Inhalte, Zeiten, Orte und Kosten auf unserer Website unter [www.birthday-salzburg.com](http://www.birthday-salzburg.com). Info zusätzlich auch unter 0699 / 168 721 06.

## Gruppenangebote nach der Geburt Jänner-März 2019

Wir laden Sie ein, aus unseren Kursen das Passende auszuwählen, um sich in der Zeit mit Baby und Kleinkind zu informieren, fachlichen Rückhalt zu holen, sich auszutauschen und andere Familien zu treffen.

7.1.-18.2.	MO	09:45	Mama-Baby-Yoga (in Anif)
8.1.-5.2.	DI	09:30	Pilates und Entspannung für Mama & Kind
10.1.-7.2.	DO	10:45	Pilates und Entspannung für Mama & Baby
10.1.	DO	18:30	<b>NEU!</b> <i>Zeit für mich:</i> Der rote Kreis der Frauen (Köstendorf)
11.1.-8.2.	FR	11:00	Rhythmikwerkstatt – Musik mit allen Sinnen
17.1.-14.2.	DO	10:00	Rückbildung nach der Geburt
23.1.	MI	09:30	<b>EntwicklungsRaum:</b> Emotionale Entwicklung
24.1.-4.4.	DO	10:30	PEKiP® Baby-Kurs
28.1.-25.2.	MO	09:00	Mama-Baby-Yoga (in Bergheim)
28.1.-15.4.	MO	10:15	Yoga-Begegnungsraum für Mama und Kind
4.2.	MO	08:30	Baby-led Weaning
15.2.	FR	18:30	<b>NEU!</b> <i>Zeit für mich:</i> Der rote Kreis der Frauen (Salzburg)
19.2.-19.3.	DI	09:30	Pilates und Entspannung für Mama & Kind
20.2.	MI	09:30	<b>BabyCafé:</b> Beißen, kratzen, treten!
21.2.-21.3.	DO	10:45	Pilates und Entspannung für Mama & Baby
25.2.-1.4.	MO	09:45	Mama-Baby-Yoga (in Anif)
25.2.	MO	11:00	Feldenkrais® für Mütter - Schnupperstunde
27.2.	MI	09:30	<b>EntwicklungsRaum:</b> Das Wesen des Kindes
1.3.	FR	19:00	Feldenkrais® für Mütter - Schnupperstunde
6.3.	MI	15:00	Wir stillen noch! <b>StillCafé</b> für Große
7.3.	DO	18:30	<b>NEU!</b> <i>Zeit für mich:</i> Der rote Kreis der Frauen (Köstendorf)
11.3.-15.4.	MO	09:00	Mama-Baby-Yoga (in Bergheim)
11.3.-1.7.	MO	11:00	Feldenkrais® -Methode
13.3.	MI	09:30	<b>BabyCafé:</b> Schlafen. Sanft ins Land der Träume
15.3.-12.4.	FR	11:00	Rhythmikwerkstatt – Musik mit allen Sinnen
15.3.-5.7.	FR	19:00	Feldenkrais® -Methode
20.3.	MI	09:30	<b>EntwicklungsRaum:</b> Weinen – Gefühlen Raum geben?