

POSTNATAL YOGA

MIT BABY

ZERTIFIZIERTER PRÄVENTIONSKURS



KURSSSTART
NOVEMBER 2026
MONTAG
10:30-11:30

NADINE HAFEEZ

ANMELDUNG: [INFO@YOGABYNADINEHAFEEZ.COM](mailto:info@yogabynadinehafeez.com)

INFOS

ZEIT FÜR DICH & DEIN KIND

**KOMM SANFT ZURÜCK IN DEINEN KÖRPER UND GEWINNE
NACH DER GEBURT NEUE KRAFT.**

DIESER KURS BIETET DIR EINEN RAUM FÜR VERBINDUNG
MIT DEINEM KIND UND ANDEREN MÜTTERN. DU LERNST
KÖRPER- UND ATEMÜBUNGEN KENNEN, DIE DIR HELFEN
IM HERAUSFORDERNDEN MAMA-ALLTAG ZU ENTSPANNEN
UND DICH MIT NEUER KRAFT UND POSITIVITÄT
AUFZULADEN.

TERMINE: **10 X 60 MIN** (START: 2. NOV. 2026)

PREIS: **120 EUR**

BEZUSCHUSSUNG DURCH DEINE KRANKENKASSE
MÖGLICH!

**ZERTIFIZIERTER PRÄVENTIONSKURS
(ZPP-ZERTIFIZIERT NACH § 20 SGB V)**

KOMMUNE12 - LOFTSTUDIO
SCHWARZWALDSTRASSE 20 (HINTERHOF), 79102
FREIBURG

FÜR ANMELDUNG ODER FRAGEN SCHREIB MIR GERNE!



INFO@YOGABYNADINEHAFEED.COM
@YOGABYNADINEHAFEED

WWW.YOGABYNADINEHAFEED.COM