Rückbildungsyoga mit Baby

In diesem Kurs lernst du, wie du das Baby in die spezifische Yogapraxis zur Rückbildung integrierst. Das Kind ist dabei und schaut dir interessiert zu! Es ist Ziel deiner Übungen oder auch manchmal eine „Bio-Hantel“. Es fordert deine Balance heraus, sowohl die körperliche als auch die innere Balance! Du lernst das Kind passiv in Asanas zu bewegen und übst damit für die motorische Entwicklung des Kindes. Baby- Massage fördert die sensorische Entwicklung des Kindes.

Baby-Yoga verbessert die Mutter-Kind- Beziehung, beide profitieren von den Asanas, Pranayamas und der Entspannung gleichermaßen und es macht viel Spaß!
Du kannst an diesem Kurs teilnehmen, wenn du dich als Yogalehrerin in diesem Bereich weiterbilden möchtest.

Wenn du zufälligerweise kein eigenes Baby hast, dann bring bitte eine Puppe mit!
Vielleicht bist du aber gerade auch selbst Mutter geworden und möchtest wissen, wie du mit deinem Kind zusammen Yoga praktizieren kannst!
Oder es trifft beides gleichzeitig auf dich zu;-)

Termin: 13.-15.4.18

Freitag: 20-22 h
Samstag: 8-11 h / 14:30-16 h, offene YV- Stunde von 16:15- 18 h
Sonntag: 8-11 h

Kosten für das Seminar 120 €

Unterbringung im **Haus Shanti** bitte selbst buchen: gastgruppe@yoga-vidya.de

Preise für das Wochenende:

Einzelzimmer 119 €
Doppelzimmer: 87,50 €
4-Bett-Zimmer: 70,50 €
Wohnmobil, Zelt oder Unterkunft außerhalb: 60 €

Preise gelten pro Person für das Wochenende inklusive Brunch und Abendessen sowie der offenen Yogastunde.

Anmeldeschluss: 9.3.18

info@susanholze.de

Seminarleitung: Susan Holze-Apell, Physiotherapeutin mit Spezialisierung auf Säuglingsbehandlungen (Bobath, Vojta), Yogalehrerin für u.a.: Yoga in der Schwangerschaft, Baby-Yoga, Hormonyoga, Kinderyoga
www.susanholze.de