



Ab Januar 2026:

SCHWANGEREN- & RÜCKBILDUNGSYOGA

im Bewegungsraum des SV Groß Borstel



Schwangerenyoga

Sanftes Yoga für werdende Mamas

Wann: Freitags, 09:30 – 10:30 Uhr



Rückbildungsyoga – Bring your Baby

Für Mamas ab ca. 6 bis 8 Wochen nach der Geburt

Wann: Mittwochs, 10:00 – 11:00 Uhr

Keine Yogavorerfahrung nötig – du übst in deinem eigenen Tempo.
Johanna Berendt, zertifizierte Yoga-Lehrerin, freut sich auf Dich und Dein Baby.

Anmeldung & Infos: info@sv-grossborstel.de

