



## Babyyoga

Kurs / Workshop

### Babyyoga

Babyyoga wurde 1980 in Cambridge entwickelt. Es ist eine Mischung aus der indischen Babymassage und der Umgang peruanischer Ureinwohner mit ihren Babys. Babyyoga ist ein eher passiver Yogastil als ein Dynamischer, da das Baby noch nicht in der Lage ist, die Körperhaltung (Asana) selbstständig auszuführen. In den Kursen lernt das Baby und die Mutter spielerisch Bewegungssequenzen, Entspannung und auch die tiefe Atmung kennen.

#### **Vorteile bzw. Ziele des Babyyogas sind:**

Massage des Bauches, lindert Bauchschmerzen und löst Verdauungsprobleme

Unterstützt die motorische Entwicklung (dehnt sanft, baut Kraft auf, stimuliert das Gleichgewicht)

fördert geistige Entwicklung (Singen, Reimen, Wiederholungen)

Baby lernen Aktivität und Entspannung

Stärkt die Bindung zwischen Mutter und Baby (Bonding)

### Was?

#### **Art des Angebots**

Kurs / Workshop

#### **Link zum Angebot**

[Weiter zum Angebot](#)

#### **Kursleitung/Ansprechperson**

Janine Lorenz

#### **Alter des Kindes**

0 bis 1 Jahre

### Wann?

#### **Termin(e)**

Aktuelle Termine findest Du unter dem Link "Zum Anbieter"

#### **Angebotstermin**

Von 27.05.2024 (09:30 Uhr) bis 06.06.2024 (14:00 Uhr)

### Wo?

#### **Studio Janine Lorenz**

Landgrafenstraße 50  
53842 Troisdorf

## Anmeldung

### Anmeldung erforderlich

Ja

### Weitere Angaben zur Anmeldung

[Bitte hier anmelden](#)

### Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

## Durchführende Organisation

### Name Kontaktperson

Frau Janine Lorenz

### Telefon

0177 / 318 80 69

### Email

[info@janine-lorenz.de](mailto:info@janine-lorenz.de)

### Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)