



# Yoga für Schwangere; Präventionskurs

KURS / WORKSHOP

Du bist schwanger und möchtest Dir und Deinem Baby mit Yoga etwas Gutes tun? In Bewegung bleiben, Dein Vertrauen stärken, innere Ruhe entwickeln und voller Freude und Gelassenheit durch die Schwangerschaft gehen?

Dann komm gerne in meinen Kurs. Ich bin Brigitte, ausgebildete Yogalehrerin in Hatha, Pränatal-, Yin, Kinder- und Gesichtsyoga, selber Mutter von zwei Kindern und ich würde mich riesig freuen, dich auf deiner spannenden Reise begleiten zu dürfen.

Namaste, deine Brigitte

Infos zur Teilnahme: Der Kurs und die Asanas (Übungen) sind auf die Schwangerschaft abgestimmt. Für ungeübte Schwangere ist Yoga erst nach der 12. SSW empfohlen. Bei körperlichem Wohlbefinden ist eine Teilnahme bis zur Geburt möglich.

## Was?

ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop

ALTER DES KINDES

vor der Geburt

LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

## Wann & Wo?

### ANGEBOTSTERMIN

Von 21.01.2026 (09:30 Uhr) bis 16.06.2025 (11:00 Uhr)

### TERMIN(E)

Der Kurs findet jeweils montags in der Zeit von 9.30 Uhr - 11.00Uhr statt. Falls noch Plätze frei sind, kann man auch max. 2 Wochen später einsteigen.

### ADRESSE

AWO Hebammenambulanz  
Meißener Straße 5  
50126 Bergheim

## Anmeldung

### ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

### LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

### WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG

Anmeldung / Kontakt:

AWO Regionalverband Rhein-Erft & Euskirchen e.V.

Familienbildungsstätte

Julia Becker

Telefon: 02271/603-15, E-Mail: J.Becker@awo-bm-eu.net

Internet: [kurse.awo-bm-eu.de](https://www.kurse.awo-bm-eu.de) oder über:

<https://www.kurse.awo-bm-eu.de/navigation/familie-leben/rund-um-die-geburt-1/kurs/PF028A>

### KOSTEN DES ANGEBOTS

€ 100 für 10 Termine

Der Kurs ist als **Präventionskurs** bei den Krankenkassen zugelassen, d.h. bei einer Anwesenheit von mind. 80 % im gesamten Kurs, können ebenfalls bis zu 80 % der Gebühren von der Krankenkasse erstattet werden. Bitte sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse.

## Inklusion & Barrierefreiheit

### RÄUMLICHE ZUGÄNLICHKEIT

- Voll zugänglich für Rollstuhlfahrer:innen
- Voll zugänglich mit Unterstützung
- Behindertengerechter Aufzug
- Behindertengerechtes WC
- Behindertengerechter Parkplatz
- Blindenhund erlaubt

### INHALTLICHE ZUGÄNLICHKEIT

- keine Angabe

## Durchführende Organisation

### ADRESSE

**AWO Hebammenambulanz**

Meißener Straße 5 50126

Bergheim

### KONTAKTPERSON

Petra Schiffer-Mödder

### TELEFON

02271 - 5697407

### EMAIL

[hebammenambulanz@awo-bm-eu.net](mailto:hebammenambulanz@awo-bm-eu.net)

### LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

## Träger des Anbieters

### ADRESSE

**AWO Regionalverband Rhein-**

**Erft & Euskirchen e.V.**

Zeißstraße 1 50126 Bergheim

### KONTAKTPERSON

Julia Becker

### TELEFON

02271/6030

### EMAIL

[info@awo-bm-eu.net](mailto:info@awo-bm-eu.net)

### ART DES TRÄGERS

Freier Träger (konfessionell)

### LINK TRÄGER

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)