



Entspannung durch Bewegung

Yoga für alleinerziehende Frauen* mit Kinderbetreuung

Yoga kann zu einer Stressreduzierung, Schmerzlinderung und einer besseren Körperhaltung beitragen. In entspannter Atmosphäre führt die Yogalehrerin durch die Einheiten und einfachen Übungen.

Parallel wird eine liebevolle Kinderbetreuung für Kinder mit und ohne Behinderung angeboten.

Keine Vorkenntnisse notwendig.

Wann?

Mittwochs, 06. Mai, 13. Mai, 27. Mai, 17. Juni und 24. Juni 2026

Uhrzeit: 17.30 bis 19.00 Uhr

Wo?

Feierwerk Nachbarschaftstreff, Badgasteiner Straße 5

Kosten

3 Euro Spendenempfehlung für Kinderbetreuung (pro Abend, pro Kind)

Weitere Informationen: Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Yogamatten sind vorhanden.

Kontakt und Anmeldung

siaf e.V. – Beratung & Projekte für alleinerziehende Frauen*

Telefon: 089 45 80 25 22

Email: alfam@siaf.de



Durch Ihre Teilnahme an der Veranstaltung erklären Sie, dass Sie die Veranstaltung auf eigenes Risiko besuchen. Außer für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, die auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung – auch eines gesetzlichen Vertreters oder eines Erfüllungsgehilfen des enthaftenden Personenkreises – beruhen, und außer für sonstige Schäden, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung – auch eines gesetzlichen Vertreters oder eines Erfüllungsgehilfen des enthaftenden Personenkreises – beruhen, verzichten Sie auf Ansprüche jeder Art für Schäden, die im Zusammenhang mit der Veranstaltung entstehen. Der Veranstalter kann insbesondere nicht für Verletzungen oder Schäden haftbar gemacht werden, die durch Handlungen oder Versäumnisse Dritter entstehen.

Kooperationspartner

