

Grundinformation für Pränatale Kurse

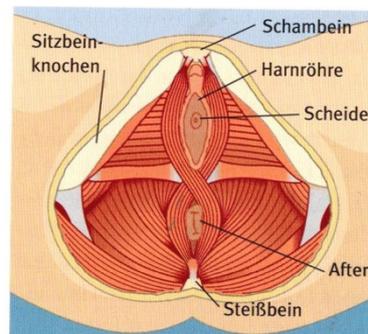
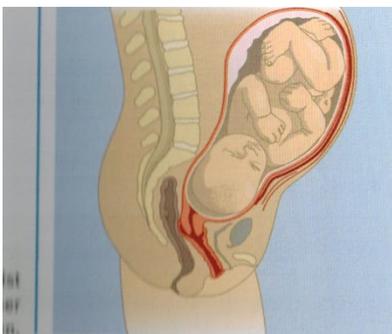
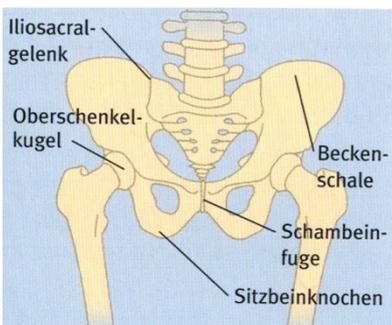
Die Teilnahme ist mit Eintritt bis zum Ende der Schwangerschaft nach Rücksprache mit deiner Vertrauensperson (Arzt / Ärztin und / oder der Hebamme möglich).

Bitte übe nur so, dass du dich gut fühlst. Sobald du Schmerzen hast oder dich unwohl fühlst, Übelkeit, Bauchziehen, Vorwehen, ... hast, ... beende sofort das Üben und nehme Kontakt zu o.g. Vertrauensperson auf.

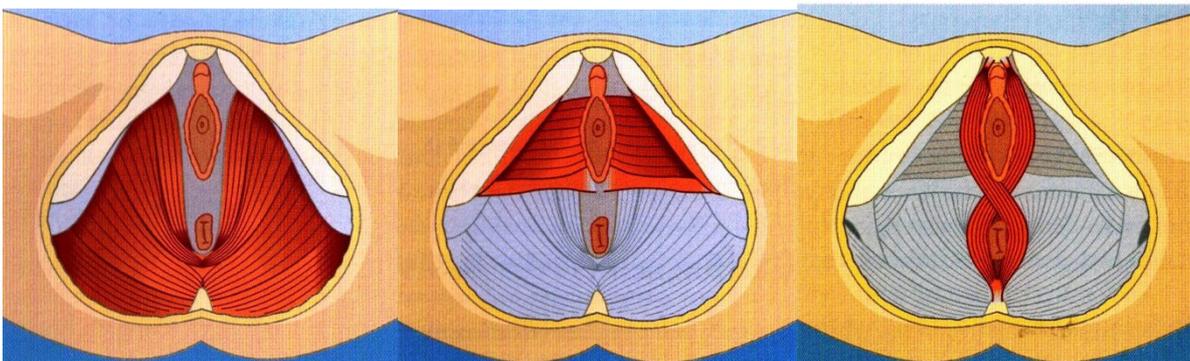
Sofern du eine Symphysenlockerung, Steißblage nach der 32 Woche, Diabetes, ... hast, sind wir unbedingt vor Stundenbeginn zu informieren.



Aufbau des Beckens



Die drei Schichten des Beckenbodens



Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Yogalounge!