



## Yoga in der Schwangerschaft – Zweiteilige Weiterbildung (32 UE)

### Yogalehrerin Prenatal

Yoga unter anderen Umständen ist lebendig, spannend und kreativ zugleich. In dieser Weiterbildung beschäftigen wir uns mit den unterschiedlichen Phasen der Schwangerschaft, mit den Veränderungen für die werdende Mutter und mit den Besonderheiten des Yogaunterrichts „in anderen Umständen“ – vom Zeitpunkt der Empfängnis über das große Ereignis der Geburt bis hin zur Rückbildung. Wie können wir als Yogalehrende die Yogapraxis an die Bedürfnisse dieser besonderen Lebensphase anpassen? In diesem Rahmen setzen wir uns intensiv mit dem Thema Beckenboden, seinen Funktionen und Dysbalancen auseinander. Eine Supervision am zweiten Wochenende rundet das Programm ab.

**Termine:** 6./7. Juni 2020 (Teil I) und  
10./11. Oktober 2020 (Teil II);  
samstags 09:00 – 12:30 Uhr und 14:30 – 20:00 Uhr und  
sonntags 09:00 – 12:30 Uhr  
yogasaram® im Tanzstudio Morgenstern,  
Eckenheimer Landstraße 318, 60435 Frankfurt am Main

**Kosten:** 510,- EUR

**Anmeldung:** Bis 31. Mai 2020 bei Cornelia Slisch  
Die Anmeldung wird durch die Überweisung der Seminargebühr  
verbindlich entsprechend unseren AGB ([www.yogasaram.de/agb](http://www.yogasaram.de/agb)).  
Verwendungszweck: WB Yoga in der Schwangerschaft 2020



**Cornelia Slisch**, Mutter einer Tochter, ist Yogalehrerin BDY/EYU und autorisierte Ausbilderin für Yogalehrende in der Tradition T. Krishnamacharya, T.K.V. Desikachar. Bei Menaka Desikachar studierte sie Yoga für Frauen – unter anderem Yoga in der Schwangerschaft und nach der Geburt. Zudem absolvierte sie eine 4-jährige Ausbildung zum Yoga Therapist. Als Leiterin von yogasaram bietet sie seit vielen Jahren Yogakurse für Frauen in der Schwangerschaft sowie zum Thema „Mama & Baby“ an und arbeitet in diesem Bereich eng mit verschiedenen Hebammen zusammen.