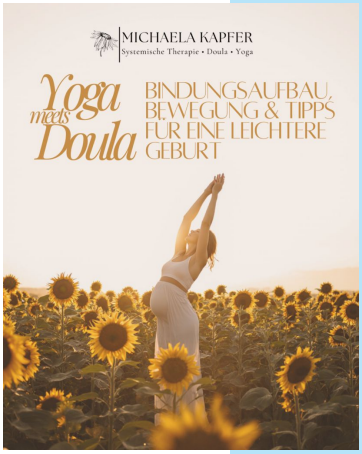
KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

Schwangerschaftsyoga



Yoga meets Doula

Kurs mit 5 Terminen: 09.04. - 14.05.2027 (nicht am 07.05.), freitags von 09.15 - 10.30 Uhr

Die körperliche Vorbereitung hat einen großen Einfluss auf die Geburt. Beweglichkeit, Atmung und die Position des Babys können dabei unterstützen, dass Geburt sanfter verläuft.

In diesem Kurs verbinde ich Schwangerschaftsyoga mit meinem Wissen als Doula:
Jede Einheit widmet sich einem Thema, dass die Geburt positiv beeinflussen kann - Bindungsaufbau, Meditation, Bewegung, Atmung, Geburtswissen.
Am Ende jeder Stunde gibt es eine 15-minütige Austauschrunde / Doula-Fragerunde.

Ort
Passau, herz.raum, Oberer Sand 6

Referentin
Michaela Kapfer, Erziehungswissenschaftlerin B.A., Caritaswissenschaftlerin M.A., systemische Einzel-, Paar & Familientherapeutin (DGSF), Doula & Kursleiterin für mentale Geburtsvorbereitung

Kosten
85 Euro

Anmeldung
01517 0129320 oder kontakt@michaela-kapfer.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-10-26 14:28:56

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de
www.keb-passau.de