

Extra zwangerschapsyoga bijeenkomsten
januari t/m juli 2026

Partnerlessen

Deze les is gericht op de bevalling, specifiek hoe de partner de vrouw bij de bevalling kan ondersteunen. Massagetechniek, ademtechniek en uitleg over de verschillende fases van de bevalling komen aan de orde.

Vrijdag 20 maart 2026 19.30- 21.15 uur

Vrijdag 29 mei 2026 19.30-21.15 uur

Vrijdag 24 juli 2026 19.30-21.15 uur

Kosten: deze les mag met de stempelkaart 1 stempel, anders €20,-

Bevalling/ perstechniek les

Speciaal voor de vrouwen die 30 weken over meer zwanger zijn is deze speciale les. Hier gaan we in op de bevalling en de verschillende technieken die je kunt inzetten tijdens de bevalling.

Vrijdag 27 maart 2026 13.30-15.30 uur

Vrijdag 5 juni 2026 13.30-15.30 uur

Vrijdag 17 juli 2026 13.30-15.30 uur

Kosten: deze les mag met de stempelkaart 1 stempel, anders €20,-

Reünie en Babymassage les

Naast dat het erg leuk is om elkaar weer te ontmoeten nu met de baby in je armen. Leer je hier hoe je op de Indiase wijze de baby kan masseren.

Vrijdag 30 januari 2026 13.30-15.00 uur

Vrijdag 10 april 2026 13.30-15.00 uur

Vrijdag 12 juni 2026 13.30-15.00 uur

*Kosten: €20,- graag aan de balie voldoen, deze les kan **niet** op de 10 rittenkaart!*

Info

Nassastraat 16-2
3601 BG Maarssen
info@yogamaarssen.nl
www.yogamaarssen.nl