

**Extra zwangerschapsyoga bijeenkomsten  
Maart t/m juli 2022**

**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 17 juni 2022 19.30 tot 21.15 uur

Vrijdag 16 september 2022 19.30 tot 21.15 uur

*Kosten: deze les mag met de stempelkaart 1 stempel, anders 17,50 euro.*

**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 10 juni 2022 13.30 tot 15.30 uur

Vrijdag 26 augustus 2022 13.30 tot 15.30 uur

*Kosten: deze les mag met de stempelkaart 1 stempel, anders 17,50 euro*

**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 1 juli 2022 13.30 tot 15.00 uur

Vrijdag 2 september 2022 13.30 tot 15.00 uur

*Kosten: 17,50 euro graag cash aan de balie voldoen, deze les kan niet op je kaart!*

# Info

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

