



Yoga & Babymassage

Kerstin Lepski, 57 Jahre, Physiotherapeutin und Traumapädagogin – seit 25 Jahren arbeite ich in unterschiedlichen Gegebenheiten mit Kindern und deren Eltern.

Elke Fromm, 34 Jahre - Physiotherapeutin seit 10 Jahren. Ich gebe seit mehreren Jahren Kurse für den Verberger Turnverein, für den Reha-Sportbund und Yoga.

Gemeinsam wollen wir Ihnen als Mütter/Väter die Gelegenheit geben, mit ihren Babies ein schönes und sinnliches Abenteuer einzugehen.

Die Babymassage bietet Ihnen als Eltern die Möglichkeit über die Interaktion, die Signale Ihres Kindes zu beobachten, diese zu verstehen und zu respektieren.

Ihr Kind lernt darüber seine Grenzen und Selbstwirksamkeit kennen, was eine unabdingbare Erfahrung für zukünftige liebevolle und vertrauensvolle Beziehungen sein wird. Sie geben ihrem Baby die Möglichkeit:

- *sich selbst zu Erfahren, den eigenen Körper zu entdecken, motorische Fähigkeiten, Eigenaktivität und -wahrnehmung zu fördern, mit anderen Kindern zu spielen und vieles mehr.*
- *Es werden die Körperfunktionen wie das Immunsystem, Verdauung, Selbstregulationsmechanismen, Konzentration, kognitive und emotionale Entwicklung, verbale und non-verbale Kommunikation angeregt und führen eine Entspannung nicht nur bei schmerzhaftem Erleben u.a. bei Blähungen, Zahnen, etc. herbei.*

Zum Anderen bekommen sie als Mutter/Vater die Gelegenheit, etwas Gutes für ihren Körper, ihrer Seele und ihrem Geist zu tun. Oftmals ist die erste Zeit in ihrer neuen Familiensituation geprägt von Unsicherheit, Zeitmangel und Stress. Meist fehlt es Ihnen als Mutter/Vater Zeit zu finden, um etwas Gutes für sich zu tun. Wir wollen Sie einladen in einer kleinen Gruppe von 4Pärchen (ein Elternteil/ein Baby), beides in unserem Angebot zu erfahren.

Kerstin Lepski

Augustastr. 11, 47829 Krefeld

Telefon: 02151/ 1597366

Kursgebühr: 10 x 20,00 €

Kursdauer: 10 Termine je 1,5 h

mittwochs: 9.00 – 10.30 h