



Tanzen für Schwangere „Healing Dance“



Der besondere Geburtsvorbereitungskurs

Du tanzt gerne und liebst es, Rhythmus und Harmonie der Musik mit deinem Körper auszudrücken?

Bei „Healing Dance“ bewegst du dich in fließenden Bewegungen zu den Klängen heilsamer Musik. So kommst du in eine wunderbare Verbindung zu dir selbst und deinem Baby. Du erlebst eine äußerst angenehme Erfahrung der Gelöstheit und Freude, die freigesetzte weibliche Energie in dir ist deutlich spürbar und verbindet dich auch mit den weiteren Teilnehmerinnen. Sie erfrischt dich und hilft dir, deinen sich verändernden Körper wertzuschätzen, gut auf ihn zu hören, ihn liebevoll zu versorgen und damit die besten Voraussetzungen für eine ungestörte Geburt zu schaffen.

Mit Hilfe einer angenehmen Tiefenentspannung bereiten wir uns auf das Tanzen vor. Bei wohltuender Musik lösen wir uns langsam und gleiten in einen meditativen Tanz. Die fließenden Bewegungen entstehen ganz ohne Zwang aus deinem Inneren. Ein tiefes Gefühl der Dankbarkeit und des Glücks darf dich erfüllen. Dein Baby badet in einer Woge der Glückshormone – damit prägst du seine epigenetische* Antwort und machst ihm den Start ins Leben leichter.

* Die Epigenetik befasst sich mit den Einflüssen der Umwelt auf das Erbgut.



**NEU
ab Herbst
2023!**

INFOS ZU DIESEM KURS

In fünf aufeinander aufbauenden Sessions je 90 Minuten führe ich dich durch alle wichtigen Themen rund um Schwangerschaft und Geburt. Jedes Modul besteht aus einem allgemeinen Infoblock, Meditation, meditativem Tanz, Hypnose und freiem Tanz. Bitte bring eine Yogamatte und bequeme Kleidung mit.

Dieser Kurs ersetzt einen herkömmlichen Geburtsvorbereitungskurs!

Deine Investition: 250 €

Ort: Euphoria Hebammenkunst | Hollabrunn

Termine und Anmeldung



Schau dir auch die anderen Kursangebote auf meiner Website an. Es gibt immer wieder etwas Neues zu entdecken.



Sonja Boersma
Bahnstraße 3 | 1. Stock
2020 Hollabrunn
sonja.boersma@euphoria-hebammenkunst.at
Festnetz: 02952 58241
Mobil: 0664 3522932
Start: Herbst 2023