

Homepage

Familienstützpunkt  
Markt Rimpar



## Yoga in der Schwangerschaft

### Sanfte Bewegung für mehr Balance in der Schwangerschaft

Der Kurs bietet sanfte Yogaübungen, abgestimmt auf die Bedürfnisse während der Schwangerschaft. Durch gezielte Dehn- und Kräftigungsübungen werden Rücken, Becken und Schulter gestärkt, die Atmung gefördert und Verspannungen gelöst. Für alle Fitnesslevel geeignet. Bringen Sie bitte eine Matte mit.

Termin: **Mo 27.04.2026 von 18 – 19:30 Uhr**

Referentin: Leandra Därr  
Fachberaterin für Säuglings- und Kinderernährung UGB

Kosten: Der Kurs wird durch das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kitzingen-Würzburg gefördert.

Ort: Alte Knabenschule Rimpar  
Hofstr. 3  
97222 Rimpar

Hinweis: Bitte eigene Matten mitbringen

Anmeldung: Per Mail oder Telefon  
Bitte bis 24.04.2026 im Familienstützpunkt  
[familienstuetzpunkt-rimpar@awo-unterfranken.de](mailto:familienstuetzpunkt-rimpar@awo-unterfranken.de)  
0173-7101437

Direkt Email schreiben!



Bezirksverband  
Unterfranken e.V.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

LANDKREIS  
WÜRZBURG