



(c) Stephy Zinz-Ewers

Unsere Einzelbegleitungen findet ihr auf unserer  
Webseite nach Themen und Fachpersonen geordnet.

## In der Schwangerschaft

- Geburtsvorbereitungskurs - Abendkurs in Salzburg ab Mo 2.10. & ab 13.11.
- Geburtsvorbereitungskurs - Wochenendkurs für Paare in Salzburg Sa/So 14./15.10. & Sa/So 16./17.12.
- Yoga mit Babybauch in Golling ab Mo 16.10.
- Yoga in der Schwangerschaft in Salzburg ab Mo 6.11.
- Yoga & Mindset für Schwangere in Golling ab Di 7.11.
- Positive® - mentale Geburtsvorbereitung in Salzburg ab Di 7.11. (Zoom-Info am 24.10.)
- Feldenkrais® Kurs : „Bewusstheit durch Bewegung®“ in Bad Ischl/Salzburg ab Di 19.10. & Di 7.11.
- Retreat für Schwangere - Enlighten your pregnancy in Bad Mitterndorf von Mi 1.11. bis So 5.11.

## Buline

- Absolut Tragbar – Tragehilfen & Co (Abend) Do 5.10.
- Vater werden (Abend) Mi 25.10. & Mi 22.11.
- Schlaf, Kindlein schlaf (Abend) Do 9.11.
- Festes Futter, fertig los! Beikost (Vormittag) Sa 4.11.
- artgerecht® durch die Babyzeit (Abend) Do 19.10.
- artgerecht® durch die Kleinkindzeit (Abend) Do 16.11.
- Achtsam abstillen (Vormittag) Sa 25.11.
- Nein mit einem guten Gewissen (Abend) Fr 20.10.
- Vier Werte, die Kinder ein Leben lang tragen (Abend) Fr 24.11.
- Hier bin ich – Und wer bist du? (Abend) Fr 15.12.
- Der ganz normale Wahnsinn... (Vormittag) Sa 18.11.
- Babypopo am Klo? Windelfrei von Anfang an (Vormittag) Sa 14.10. & Sa 16.12.
- Erste Hilfe Crashkurs (Vormittag) Fr 10.11. & Mi 29.11.
- Kostenlose Infostunde für den Positive Birth Kurs (Vormittag) am 24.10.



Fortsetzung auf Seite 2



# BirthDay.

Individuelle und ganzheitliche  
Begleitung rund um die Geburt

*rund um  
die Geburt*

*in der Baby-  
und Kleinkindzeit*



bunt und  
lebendig und  
bewegt im Herbst

[www.birthday-salzburg.com](http://www.birthday-salzburg.com)

- Was brauchen die großen Geschwister jetzt? *online Sa 7.10. & Do 14.12.*
- Babypflegekurs für Geschwister *in Pöndorf (ca. 2,5 -10 J.) am Sa 21.10.*
- FrauenRaum *in Salzburg am Fr 20.10. & Fr 24.11.*
- Frauenkreis *in Nussdorf ab Do 19.10. & ab Do 7.12.*

- Rückbildungskurs mit Baby *in Salzburg ab Do 9.11.*
- Beckenboden in Balance *in Golling ab Mo 27.11.*
- Beckenboden-Kurs mit der Feldenkrais®- Methode *in Salzburg ab Fr 10.11.*
- BabyCafé *in Salzburg*  
Mi 11.10. "Alles rund ums Stillen" mit Daniela Steger  
Mi 15.11. offener Austausch/eure Themen  
Mi 6.12. "Kraft tanken"
- Baby-Milchcafé *in Bergheim am Fr 6.10. & Fr 3.11. & Fr 1.12.*
- Babymassage *in Salzburg ab Mi 8.11.*
- Land Art Kids *in Kuchl (2 - 5 Jahre) ab Sa 14.10.*
- Trageworkshops *in Salzburg/Golling*  
Sa 21.10. & Mi 22.11. Tragehilfen  
"Wegweiser durch den Dschungel"  
Sa 4.11. Das Tragetuch "Allrounder für den Alltag"  
Sa 25.11. Tragen am Rücken 2 „Mit der Trage am Rücken“
- Mama-Baby-Yoga *in Salzburg ab Mo 6.11.*
- Yoga BegegnungsRaum für MaPa mit Kind *in Salzburg ab Mo 11.9.*
- Glücksyoga für Mamas *in Golling ab Do 19.10.*
- Familienyoga *in Anif am Sa 14.10. & Sa 11.11. & Sa 2.12.*
- Pilates & Entspannung *in Salzburg*  
für Mama mit Baby ab Do 16.11.  
für Mama mit Kind ab Do 16.11.
- Kreative Mama-Auszeit *in Anif ab Do 5.10. & 2.11.*