

# Gruppenangebote

September bis Dezember

Anmeldung:

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

Info: tel 0680 - 443 7877

[hallo@birthday-salzburg.com](mailto:hallo@birthday-salzburg.com)

# BirthDay

Individuelle und ganzheitliche  
Begleitung rund um die Geburt



(c) Stebny Zinz-Ewers

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

In der  
Schwanger-  
schaft

- „Rund um die Geburt“ – Geburtsvorbereitungskurs  
Abendkurs in Salzburg ab Fr 04.10.  
Wochenendkurs in Salzburg WE 07./08.12.
- Yoga in der Schwangerschaft in Salzburg ab Mo 16.09. & 04.11.
- BEWEGUNG in der Schwangerschaft bzw. danach  
Feldenkrais® Bewegungs-Kurs (Einstieg jederzeit möglich)  
in Salzburg ab Di 12.11.  
in Bad Ischl ab Do 14.11.
- Stillvorbereitung (online) am 07.10.

Online

- Absolut Tragbar - Tragehilfen, Tücher & Co (Abend)  
Do 05.09. & (Vormittag) Sa 30.11.
- artgerecht® durch die Babyzeit (Vormittag) Sa 14.09.
- Babypopo am Klo - Windelfrei von Anfang an  
(Abend) Do 26.09. & (Vormittag) Sa 14.12.
- Was brauchen die großen Geschwister jetzt?  
(Vormittag) Sa 28.09. (Abend) Do 05.12.
- Festes Futter, fertig los! Beikost ganz einfach  
(Vormittag) Sa 05.10.
- artgerecht® durch die Kleinkindzeit (Abend) Do 17.10.
- Schlaf, Kindlein schlaf (Vormittag) Sa 19.10.
- Achtsam Abstillen (Abend) Do 07.11.
- Brei oder Breifrei? Was ist denn nun das Beste für mein Kind?  
(Abend) Sa 16.11.
- Der ganz normale Wahnsinn – Familienalltag managen  
(Vormittag) Sa 23.11.
- Glücksyoga für Mamas (Abend)  
Schnupperstunde am Do 12.09. & regulärer Kurs ab Do 19.09.
- Meine innere Welt als dein Halt - Ressourcengruppe  
(Abend & 1 x in Präsenz) ab Mi 18.09.



# BirthDay

Individuelle und ganzheitliche  
Begleitung rund um die Geburt

*rund um die  
Geburt*

*in der Baby-  
und Klein-  
kindzeit*



*bunt und  
lebendig und  
bewegt im Herbst*

- Stillvorbereitung *online* Mo 07.10.
- FrauenRaum *in Salzburg* am Fr 13.09. & 04.10. & 29.11.
- Frauenkreis *in Salzburg* ab Do 19.09. & ab 07.11.
- Bewegungsmeditation - mit Sharing – Tandava Banjar *in Salzburg* am Mi 11.09. & 09.10. & 06.11. & 18.12.

- Rückbildungskurs mit Baby *in Salzburg* ab Do 19.09. & 14.11.
- BEWEGUNG in der Schwangerschaft bzw. danach Feldenkrais® Bewegungs-Kurs *in Salzburg* ab Di 12.11. *in Bad Ischl* ab Do 14.11. (Einstieg jederzeit möglich)
- BabyCafé *in Salzburg* Mi 18.09. Abstillen oder nicht? Mi 09.10. Bindung&Autonomie Mi 13.11. Eure Themen Mi 04.12. Kraftquellen tanken
- Baby-Milchcafé *in Bergheim* am Fr 13.09. & 11.10. & 08.11. & 13.12.
- ContaKids - Bewegung und Tanz für Mama/Papa und Kind *in Bergheim* ab Fr 20.09.
- Mama-Baby-Yoga *in Salzburg* ab Mo 16.09. & 04.11.
- Yoga BegegnungsRaum für MaPa mit Kind *in Salzburg* ab Mo 16.09.
- Familientanzen *in Salzburg* am Sa 19.10. & 10.11. & 15.12.
- Tanz mit mir - Eltern mit Kindern von 1-4 *in Salzburg* ab Do 03.10. & 14.11.
- JEDERMUM's Outdoortraining mittwochs *in Salzburg* Einstieg jederzeit möglich
- Familienyoga *in Anif* am Fr 20.09. & 18.10.
- Pilates & Entspannung *in Salzburg* für Mama mit Baby ab Do 26.09. für Mama mit Kind ab Do 26.09.
- PEKiP®-Gruppen *in Hallwang* für Juni/Juli '24 geborene Babys ab Fr 18.10. für August '24 geborene Babys ab Di 05.11. für Oktober '24 geborene Babys ab Mi 18.12.
- Barre&Baby – Bewegung und Tanz *in Bergheim* ab Fr 13.09. & 08.11.
- Natur-Spielgruppe Wiesenkinder *in Mattsee* ab Di 10.09.
- Meine innere Welt als dein Halt - Ressourcengruppe 1 x *in Hallein* & 5 x *online* ab Mi 18.09.
- Mama & Baby Tanzen *in Salzburg* ab Do 03.10. & 14.11.