

BirthDay.

Individuelle und ganzheitliche
Begleitung rund um Geburt und
Persönlichkeitsentwicklung

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

Anmeldung & Infos:
www.birthday-salzburg.com



(c) Stephanie Zinz-Eivlers

Frühling 2026

Gruppenangebote

- Geburtsvorbereitungskurse in Salzburg-Anif am Fr-Sa 03/04.04. & 08./09.05.
- Stillvorbereitung *online* (Vormittag) am Mo 11.05.
- Stillvorbereitungskurse *in Golling* am Di 07.04. & 12.05. & 09.06.
- Yoga für Schwangere
in Köstendorf ab Di 07.04 & 30.04. & 19.05. (Einstieg jederzeit möglich)
in Seeham ab Mi 25.03. & 20.05. (Einstieg jederzeit möglich)
in Bergheim ab Mo 11.05. (feste Gruppe)
- Mama-Baby-Reisen - vorgeburtliche Bindungsförderung
in Salzburg am Do 26.03. & 09.04. & 23.04. (& Fr 08.05.) & 21.05. & 11.06. & 25.06.
in Eugendorf am Do 02.04. & 16.04. & 30.04.
- Tanz deine Geburt - Workshops *in Bergheim* am Sa 21.03. & 11.04. & 23.05. & 13.06.
- Schlaf, Kindlein schlaf! (*Abend*) am Do 09.04.
- Achtsam Abstillen (*Abend*) am Do 16.04.
- artgerecht® durch die Kleinkindzeit (*Abend*) am Di 21.04.
- Der ganz normale Wahnsinn.... Familie managen
(*Abend*) am Di 28.04.
- Was brauchen die großen Geschwister jetzt? (*Abend*) am Di 05.05.
- Absolut Tragbar – Tragehilfen, – Tücher & Co (*Abend*) am Di 12.05.
- Babypopo am Klo - So geht windelfrei! (*Abend*) am Di 19.05.
- Erziehen ohne schimpfen (0-10 Jahre) (*Abend*) am Di 26.05.
- artgerecht® durch die Babyzeit (*Vormittag*) am Sa 30.05.
- Festes Futter, fertig los...Beikost, ganz einfach! (*Abend*) am Di 02.06.

In der
Schwanger-
schaft

Online

Mail: hallo@birthday-salzburg.com



rund um die Geburt



- FrauenRaum 5 Elemente *in Bergheim*
am Fr 26.06. FEUER – “ich gehe für“

Stillvorbereitung *online* am Mo 11.05.

- Stillvorbereitungskurs *in Golling* am Di 07.04. & 12.05. & 09.06

- We are Family - Auf den Anfang kommt es an *in Salzburg*
am So 07.06.



- BabyCafé monatlich *in Salzburg*
Mi 15.04. Frühkindliche Kommunikation
Mi 13.05. Alles darf gefragt werden
Mi 03.06. Warum Grenzen wichtig sind

- Rückbildungskurs mit Baby
in Salzburg ab Do 26.03. & 21.05.

- JEDERMUM's Outdoortraining
mittwochs *in Salzburg* (Einstieg jederzeit möglich)

- Mama-Baby-Yoga/Postnatal-Yoga
in Bergheim ab Mo 27.04.
in Seeham ab Mi 25.03. & 20.05.

- Babymassagekurs monatlich *in Salzburg*
ab Mo 13.04. & 04.05. & 08.06.

- Windelfrei Workshops *in Salzburg*
am Sa 25.04. & 27.06.

- Mama-Kreise monatlich *in Salzburg*
mit Gesundheitstipps & Austausch
Mo 20.04. Zahnen & Wackelzahnpubertät
Mo 11.05. Bachblüten
Mo 22.06. Mama sein & Mental Load



in der Baby- und Klein- kindzeit

- Waldspielgruppen (1-3 Jahre)
in Salzburg ab Do 02.04. & 11.06.
in Hallein ab Di 07.04. & 09.06.

- PEKiP®-Gruppen *in Hallwang*
Jan-Feb '26 geborene Babys ab Fr 10.04.
März '26 geborene Babys ab Di 09.06.

- Pilates & Entspannung für Mamas mit
Babys *in Salzburg* ab Do 07.05.

- Yoga – Begegnungsraum für Mama/
Papa und Kind *in Bergheim* ab Mo 27.04.

- Mama-Baby-Tanz nach Barre&Baby
in Bergheim ab Fr 27.03.

- ContaKids *in Bergheim* ab Do 26.03.

- Family Dance *in Bergheim* ab Fr 27.03.

