

Kurse in der Schwangerschaft

Fit in der Schwangerschaft / Prekanga

findet in kleinen Gruppen statt

dienstags 8mal von 19.30- 20.30hr

Kursbeginn:

01.09.2020 4 mal/ 40,-€ 20.10.2020 8 mal/ 80,-€ 12.01.2021 8mal/ 80,-€

Geburtsvorbereitung für Paare und werdende Mütter

findet statt

5mal von 19° bis 21°Uhr Partneranteil: 80,-€ **bitte großes Handtuch pro Person mitbringen**

Kursbeginn: 23.09.20 18.11.2020 13.01.2021 17.02.2021

Am Wochenende Partneranteil: 50,-€

findet statt

Freitag 18° bis 21°Uhr und Samstag 10° bis 13°Uhr

bitte großes Handtuch pro Person mitbringen

Kurse: 18./19.9.2020 23./24.10.2020 4./5.12.2020 8./9.01.2021 26./27.02.2021

Endspurt / Einstimmen auf die Geburt in den letzten 3Monaten der Schwangerschaft

4mal freitags von 11.00 bis 12.00Uhr Kosten: 40,-€ **bitte großes Handtuch mitbringen**

Kurse: 09.10.2020 20.11.2020 08.01.2021 05.03.2021 **findet statt**

Rund ums Baby/ Inforeihe für werdende Eltern

findet statt

3mal montags von 19.30 bis 21.00Uhr Kosten: 30€ pro Person/ 50€Paare

Kursbeginn: 17.08.2020 21.09.2020 16.11.2020 11.01.2021

Geburtsvorbereitung durch Hypnose/ Termine nach Vereinbarung

Kosten pro Sitzung ca. 60Min. 40,-€

findet statt

Massage zur Geburtsvorbereitung (ab der 36.SSW) / eine Alternative zur Akupunktur

Termine nach Vereinbarung

Kosten pro Sitzung ca. 60Min. 40,-€

findet statt

Energetische Massage für körpl. und psychisches Wohlbefinden in Schwangerschaft und nach der Geburt

Termine nach Vereinbarung Kosten: 40,-€ Dauer: ca. 60Min. **findet statt**

Die Teilnahme am Kurs ist erst dann sicher, wenn eine schriftliche Anmeldung vorliegt.

Anmeldeformulare bekommen Sie im Geburtshaus oder über www.hebammenpraxis-mandala.de

Kurse nach der Geburt

Rückbildungsgymnastik / Krankenkassenleistung

findet statt

6mal donnerstags von 18.30 bis 20.00Uhr bitte großes Handtuch mitbringen

Kursbeginn: 27.08.2020 12.11.2020 07.01.2021

6mal mittwochs von 9.00- 10.30 bitte großes Handtuch mitbringen

findet statt

Kursbeginn: 02.09.2020 28.10.2020 06.01.2021

6mal freitags von 9.00- 10.30 bitte großes Handtuch mitbringen

Kursbeginn: 09.10.2020 27.11.2020 bis 15.01.2021 29.01.2021 12.03.2021

Kangatraining mittwochs 8mal von 11.30- 12.30Uhr Kosten: 95,-€

Kursbeginn: 02.09.2020 (4mal/ 47,50€) 21.10.2020 (8mal) 13.01.2021 (8mal)

Anmeldung unter **0176/64609808** oder eva.k@kangatraining.de findet statt

PEKiP Kurse/ in altersgerechten Gruppen

bitte vormerken lassen

findet statt

montags/ dienstags/ donnerstags Kosten und Termine bitte erfragen

Babymassage /Entspannung für Mutter und Kind

findet statt

10 mal mittwochs Kosten: 90,-€

Kurs: 30.09.2020 9.00 bis 10.30Uhr

10mal mittwochs Kosten: 90,-€

Kurs: 26.08.2020 18.11.2020 10.45 bis 12.15Uhr

Spielgruppen/ für Kinder ab dem 1.Lebensjahr (in Begleitung eines Elternteils)

Finden wieder statt!!!

Mo/Do/ Fr. bitte vormerken lassen, die Kinder werden altersgerecht auf die Gruppen verteilt

Kochkurs/ Babykost selbst gemacht

findet statt

1mal donnerstags 15.00 bis 17.00Uhr Kosten: 15,-€

Kurstage: 03.092020 03.12.2020

Babyschwimmen ab dem 4.Lebensmonat Einzelheiten und Anmeldung bei Katrin Domski Tel. 15123

Energetische Massage für körpl. und psychisches Wohlbefinden in Schwangerschaft und nach der Geburt

Termine nach Vereinbarung Kosten: 40,-€ Dauer: ca. 60Min.

findet statt

1.Hilfe beim Kind jeweils Fr. 18-22Uhr / Sam. 9-13Uhr

Die Teilnahme am Kurs ist erst dann sicher, wenn eine schriftliche Anmeldung vorliegt.

Anmeldeformulare bekommen Sie im Geburtshaus oder über www.hebammenpraxis-mandala.de