

Kurse in der Schwangerschaft

Fit in der Schwangerschaft / Prekanga dienstags von 19.30- 20.45Uhr

Kursbeginn:

22.02.22 26.04.22 8mal 80€

weitere Kurse bitte bei der Kursleiterin erfragen

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

Geburtsvorbereitung für Paare und werdende Mütter

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

Kursbeginn: 04.05.22 8.06.22 03.08. 07.09. 19.10. 23.11.

Am Wochenende Partneranteil: 50,-€ Freitag 18^{oo}bis 21^{oo}Uhr und Samstag 10^{oo}bis 13^{oo}Uhr
bitte großes Handtuch pro Person mitbringen

Kurse: 11./12.03.2022 6./7.5.22 8./9.7.22 19./20.8.22 7./8.10.22 02./03.12.22

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

4mal donnerstags von 11.00 bis 12.00Uhr Kosten: 50,-€ **bitte großes Handtuch mitbringen**

Kurse: 14.07.2022 22.09.2022 17.11.2022

Rund ums Baby/ Inforeihe für werdende Eltern

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

Kursbeginn: 16.05.2022 11.07.2022 12.09.2022 14.11.2022

Außerdem entspannt in die Geburt durch:

Geburtsvorbereitung durch Hypnose/ Termine nach Vereinbarung

Kosten pro Sitzung ca. 60Min. 50,-€

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

Termine nach Vereinbarung

Kosten pro Sitzung ca. 60Min. 50,-€

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

Termine nach Vereinbarung Kosten: 50,-€ Dauer: ca. 60Min.

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

6mal donnerstags von 9.00- 10.30

Kursbeginn: 11.08.2022 22.09.2022 10.11.2022

6mal mittwochs von 9.00- 10.30

Kursbeginn: 12.10.2022

Kangatraining mittwochs je nach Möglichkeiten online oder im Geburtshaus

Kursbeginn: 02.03.22 27.04.22 8mal von 11.30- 12.30Uhr Kosten: 95,-€

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

PEKiP Kurse/ in altersgerechten Gruppen bitte vormerken lassen

Montags und dienstags Kosten und Termine bitte erfragen

Babymassage /Entspannung für Mutter und Kind

findet statt, je nach Situation online

10 mal mittwochs Kosten: 100,-€

Kurs: 23.03.2022 08.06.2022 **9.00 bis 10.30Uhr**

10mal mittwochs Kosten: 100,-€

Kurs: 21.04.2022 07.07.2022 **10.45 bis 12.15Uhr**

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

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

Kochkurs/ Babykost selbst gemacht

findet statt, je nach Situation online

1mal donnerstags 15.00 bis 17.00Uhr Kosten: 20,-€

Kurstage: 23.06.2022 25.08.2022 20.10.2022 08.12.2022

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

Außerdem regenerieren und entspannen nach der Geburt

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

Termine nach Vereinbarung Kosten: 50,-€ Dauer: ca. 60Min.

Rückbildungsmassage Termine nach Vereinbarung

Kosten pro Sitzung 60,-€

1.Hilfe beim Kind jeweils Fr. 18-22Uhr / Sam. 9-13Uhr coronabedingt noch keine Planung

Bitte vormerken lassen!

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

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