

Kurse in der Schwangerschaft

Geburtsvorbereitung für Paare und werdende Mütter

5mal mittwochs von 19⁰⁰ bis 21⁰⁰Uhr Partneranteil: 80,-€

Bitte ein großes Handtuch pro Person mitbringen

Kursbeginn: 19.10.22 23.11.22 11.01.23 15.02.23 22.03.23 26.04.23 31.05.23

Am Wochenende Partneranteil: 50,-€

Freitag 18⁰⁰bis 21⁰⁰Uhr und Samstag 10⁰⁰bis 13⁰⁰Uhr

bitte großes Handtuch pro Person mitbringen

Kurse: 10./11.02.23 31.03./01.04.23 12./13.05.23 23./24.06.23 11./12.08.23 29./30.09.23 01./02.12.23

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: 12.01.23 09.02.2023 23.03.23 04.05.23 06.07.23

Rund ums Baby/ Inforeihe für werdende Eltern

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

Kursbeginn: 16.01.2023 13.03.2023 08.05.2023

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.

Gerne stellen wir auch Gutscheine aus.

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: 12.01.2023 02.03.2023 20.04.23 (outdoor) 10.08.2023 (outdoor)

PEKiP Kurse/ in altersgerechten Gruppen bitte vormerken lassen

Montags und dienstags Kosten und Termine bitte erfragen

Babymassage /Entspannung für Mutter und Kind

10 mal mittwochs Kosten: 100,-€

Kurs: 30.11.2022 22.02.2023 10.05.2023 9.00 bis 10.30Uhr

10mal mittwochs Kosten: 100,-€

Kurs: 11.01.2023 22.03.2023 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

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

Kurstage: 09.02.2023 20.04.23 15.06.23

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,-€

Gerne stellen wir auch Gutscheine aus.

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

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