

Kurse in der Schwangerschaft

Geburtsvorbereitung für Paare und werdende Mütter

5mal mittwochs von 19[°] bis 21[°]Uhr Partneranteil: 80,-€

Bitte ein großes Handtuch pro Person mitbringen

Kursbeginn: 31.05.23 05.07.23 09.08.23 27.09.23 15.11.23

Am Wochenende Partneranteil: 50,-€

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

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 3 Monaten der Schwangerschaft

4mal donnerstags von 10.30 bis 11.30Uhr

Kosten: 50,-€ **bitte großes Handtuch mitbringen**

Kurse: 04.05.23(11.00) 06.07.23 03.11.23 04.01.24 und

Freitag: 08.09.23

Rund ums Baby/ Inforeihe für werdende Eltern

3mal montags von 19.30 bis 21.00Uhr

Kosten: 30€ pro Person/ 50€Paare

Kursbeginn: 08.05.2023 03.07.2023 04.09.2023 13.11.2023

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

8mal donnerstags von 9.00- 10.15

Kursbeginn: 10.08.2023 19.10.2023 04.01.2024 und

Freitag: 08.09.2023

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: 10.05.2023 23.08.2023 08.11.2023 **9.00 bis 10.30Uhr**

10mal mittwochs Kosten: 100,-€

Kurs: 22.03.2023 14.06.2023 13.09.2023 **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: 20.04.23 15.06.23 24.08.2023 14.10.2023

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