

KURSPLAN Geburtshaus Nippes



Kölner Geburtshaus
seit 1989

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	WOCHENENDE
Vormittag 9-12 Uhr	<p><u>Das erste gemeinsame Jahr (2-5 Monate)</u></p> <p><u>Das erste gemeinsame Jahr (5-8 Monate)</u></p>	<p><u>Babymassage</u></p> <p><u>Baby-Elternyoga</u></p> <p><u>Das erste gemeinsame Jahr – Zwillings-Baby-Kurs</u></p> <p><u>Das erste gemeinsame Jahr (8-12 Monate)</u></p>	<p><u>Hebammengeleitete Rückbildung</u></p>	<p><u>Yoga und dein Beckenboden – für alle Frauen</u></p> <p><u>Babymassage</u></p> <p><u>The first year together (3-12 months)</u></p>	<p><u>Hebammengeleitete Rückbildung</u></p> <p><u>Midwife-led postnatal recovery</u></p>	<p><u>Geburtsvorbereitung Kompakt</u></p> <p><u>Geburtsvorbereitung ab 2. Kind</u></p> <p><u>Birth Preparation Weekend (english)</u></p> <p><u>Geburtsvorbereitung für Zwillingse Eltern</u></p>
Nachmittag 12-18 Uhr	<p><u>Das erste gemeinsame Jahr (8-12 Monate)</u></p> <p><u>Yoga für Schwangere</u></p> <p><u>Hebammengeleitete Rückbildung</u></p>	<p><u>Das erste gemeinsame Jahr (2-5 Monate)</u></p> <p><u>Das erste gemeinsame Jahr (5-8 Monate)</u></p> <p><u>Spiel- u. Turnkurs (12-24 Monate)</u></p> <p><u>MamaWorkout: Beckenboden-Rückbildungsgymnastik</u></p> <p><u>Gesprächskreis nach schwieriger oder traumatischer Geburtserfahrung</u></p>	<p><u>Hebammengeleitete Rückbildung</u></p>	<p><u>Das erste gemeinsame Jahr – Zwillings-Baby-Kurs</u></p> <p><u>Offene Akupunktur-sprechstunde (geburtsvorbereitend)</u></p> <p><u>Notfälle im Säuglings- und Kindesalter</u></p> <p><u>Mixed Dance – Tanzkurs für Grundschul Kinder</u></p> <p><u>Move your Belly Basic – Tanzkurs für Schwangere</u></p>	<p><u>Erste Hilfe Kurs für Kids (Grundschule)</u></p> <p><u>Erste Hilfe Kurs für Kids (weiterführende Schule, 10-13 J.)</u></p>	<p><u>Geschwisterkurs</u></p>
Abend ab 18 Uhr	<p><u>Hypnobirthing</u></p>	<p><u>Pelvic/Beckenboden Yogilates</u></p> <p><u>Schwangerschafts-gymnastik</u></p>	<p><u>Geburts-vorbereitungskurs</u></p>	<p><u>Stillvorbereitungskurs</u></p>		