

KURSPLAN Geburtshaus Nippes



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	WOCHENENDE
Vormittag 9-12 Uhr	<u>Das erste gemeinsame Jahr (2-5 Monate)</u> <u>Das erste gemeinsame Jahr (5-8 Monate)</u>	<u>Babymassage</u> <u>Baby-Elternyoga</u> <u>Das erste gemeinsame Jahr (8-12 Monate)</u>	<u>Hebammengeleitete Rückbildung</u>	<u>Yoga und dein Beckenboden – für alle Frauen</u> <u>Babymassage</u> <u>Babymassage für Väter</u> <u>Postnatal Yoga</u>	<u>Hebammengeleitete Rückbildung</u> <u>Midwife-led postnatal recovery</u>	<u>Geburtsvorbereitung Kompakt</u> <u>Geburtsvorbereitung ab 2. Kind</u> <u>Birth Preparation Weekend (english)</u> <u>Geburtsvorbereitung für Zwillingse Eltern</u>
Nachmittag 12-18 Uhr	<u>Das erste gemeinsame Jahr (8-12 Monate)</u> <u>Yoga für Schwangere</u>	<u>Das erste gemeinsame Jahr (2-5 Monate)</u> <u>Das erste gemeinsame Jahr (5-8 Monate)</u> <u>Spiel- u. Turnkurs (12-24 Monate)</u> <u>MamaWorkout: Beckenboden-Rückbildungsgymnastik</u> <u>Gesprächskreis nach schwieriger oder traumatischer Geburtserfahrung</u>	<u>Hebammengeleitete Rückbildung</u>	<u>Hebammengeleitete sportliche Rückbildung</u> <u>Offene Akupunktur-sprechstunde (geburtsvorbereitend)</u> <u>Notfälle im Säuglings- und Kindesalter</u>	<u>Erste Hilfe Kurs für Kids (Grundschule)</u> <u>Erste Hilfe Kurs für Kids (weiterführende Schule, 10-13 J.)</u> <u>Emergencies in infancy and childhood</u>	<u>Geschwisterkurs</u>
Abend ab 18 Uhr		<u>Stillvorbereitungskurs</u> <u>Pelvic/Beckenboden Yogilates</u> <u>Schwangerschafts-gymnastik</u>	<u>Geburts-vorbereitungskurs</u>	<u>Stillvorbereitungskurs</u>		