

# Aktuelle Kurse

## „Schwanger in Balance“

Geburtsvorbereitungskurs  
„klassisch“  
Intensivkurs am Wochenende  
Partnerkurs im St.  
Marienkrankenhaus Ludwigshafen  
04./05.02.2017  
25./26.03.2017  
20./21.05.2017  
24./25.06.2017  
16./17.09.2017  
21./22.10.2017  
25./26.11.2017  
Sa 12.00 - 18.00 Uhr  
So 10.00 - 16.00 Uhr

Termine zur schwangerschaftsbe-  
gleitenden bzw. geburtsvorberei-  
tenden Hypnose nach Absprache.  
Ich informiere Sie gerne!

## „Mama in Balance“

Kurs 1  
Rückbildung ab der 6. Woche nach  
der Geburt  
7 x 85 Minuten  
Kosten werden von der  
Krankenkasse übernommen  
18.01.2017 - 01.03.2017  
15.03.2017 - 10.05.2017 (außer 12.  
und 19.04)  
17.05.2017 - 28.06.2017  
16.08.2017 - 27.09.2017  
18.10.2017 - 13.12.2017 (außer 01.11.)  
- Kurszeit jeweils 9.30 - 10.55 Uhr

### Kurs 2

Aufbaukurs nach dem  
Rückbildungskurs  
Aufbauende Stärkung des  
Beckenbodens, des Rückens  
und der Tiefenmuskulatur.  
7 x 60 Minuten, 70,00€  
  
18.01.2017 - 01.03.2017  
15.03.2017 - 10.05.2017 (außer 12.  
und 19.04)  
17.05.2017 - 28.06.2017  
16.08.2017 - 27.09.2017  
18.10.2017 - 13.12.2017 (außer 01.11.)  
- Kurszeit jeweils 11.00 - 12.00 Uhr

## „Kinderzeit“

Babymassage  
Ab 8. Lebenswoche, Babys erster  
Kurs

Zauberhafte  
Babyhände/Babygebärden  
Ab 6. LM - 20. LM

Beikosteneinführung  
„Was kommt nach der Milch“

Die Termine für diese Kurse bitte  
erfragen.