

	was	wann	Umfang und Kosten	Besonderheiten
In der Schwangerschaft				
Offene Angebote				
	Schwangerentreff	Mi 17:00 - 18:00	3 €	Keine Anmeldung erforderlich
	Informations- und Besichtigungsstunde	1. und 3. Samstag 15:00	/	Keine Anmeldung erforderlich
Bewegung				
	Fitness in der Schwangerschaft	Mo 19:15 - 20:15	60 € / 8x	
	Fitness in der Schwangerschaft	Mi 18:30 - 19:30	60 € / 8x	
	Kundalini-Yoga für Schwangere	Di 19:00 - 20:30	95 € / 8x	
	Kundalini-Yoga für Schwangere	Do 09:30 - 11:00	95 € / 8x	
	Wassergymnastik für Schwangere	Di 10:00 - 11:00	13 € / Stunde	Im Kurparkhotel Wilhelmshöhe
Geburtsvorbereitung				
	Paarkurs	Mo 20:00 - 22:00	90 € Partnerbeitrag	Alle Abende gemeinsam
	Familien- und Geburtsvorbereitung	Do 19:00 - 21:00	90 € Partnerbeitrag	4 Abende gemeinsam, an 3 Abenden arbeiten die Paare getrennt
	Wochenendkurs	Fr 18:30 - 21:30 Sa 10:00 - 18:00 So 10:00 - 14:00	90 € Partnerbeitrag	Alle Tage gemeinsam
	Kurs für Mehrgebärende	Fr 18:30 - 21:30 Sa 10:00 - 18:00 So 10:00 - 14:00	90 € Partnerbeitrag	Alle Tage gemeinsam
	Frauenkurs	Di 18:30 - 20:15	41 € Eigenanteil	2 Partnerabende, Hebamme und Yogalehrerin im Wechsel
Sonstiges				
	Säuglingspflege	Sa 10:00 - 14:00	40 € Einzelperson, 70 € Paar	

	was	wann	Umfang und Kosten	Besonderheiten
Nach der Geburt				
Offenes Angebot				
	Offener Treff mit Baby	Di 11:00 - 12:30	3 € (mit Vortrag 5 €)	Keine Anmeldung erforderlich
Rückbildungsgymnastik				
	Rückbildung am Abend	Mo 17:30 - 18:45	Eigenanteil 26 € / 10x	Ohne Babys
	Rückbildung am Abend	Mi 20:00 - 21:15	Eigenanteil 26 € / 10x	Ohne Babys
	Rückbildung mit Babybetreuung	Mi 9:30 - 10:45	Eigenanteil 50 € / 10x	Babysitting im Nebenraum
	Rückbildung mit Babybetreuung	Mi 11:15 - 12:30	Eigenanteil 50 € / 10x	Babysitting im Nebenraum
	Rückbildung mit Yogaelementen	Do 11:45 - 13:00	Eigenanteil 35 € / 10x	Babys dabei
Rund ums Kind				
	Babymassage	Mo 10:00 - 11:00	51 € / 5x	Alter mind. 3 Monate
	Babymassage für Väter	Mo 17:30 - 18:30	51 € / 5x	Rückbildung für die Mutter zeitgleich möglich
	Bewegen - Spielen - Erleben	Di 09:30 - 10:30	61 € / 6x	Alter 5 - 7 Monate
	Homöopathische Hausapotheke für Säuglinge und Kleinkinder	Mi 18:30 - 20:00	75 € / 5x	
	Einführung in die Beikost	Mo 09:30 - 12:30	30 € / 1x	Mit Kinderbetreuung
Sonstiges				
	Beckenbodengymnastik für Mütter und Großmütter	Di 19:00 - 20:15	80 € / 8x	

Für alle Angebote können Sie sich telefonisch anmelden, wir beraten Sie gerne.

Unsere Sprechzeiten: Mo Di Do Fr 12:00-14:00