

Frauenkurse 2011 – Geburtsvorbereitung

Mo: 9:30 – 12:00 Uhr; Mi: 17:00 – 19:00Uhr; Do: 9:30 – 12:00 Uhr

Tag	Zeitraum	Partnertermine	Leitung
Donnerstag:	13.01.- 27.01.11		Erika Meyenberg
Mittwoch:	19.01.- 09.02.11		Sonja Thal
Montag:	14.02.- 14.03.11		Susanne Jäger
Donnerstag:	24.02. -10.03.11		Erika Meyenberg
Montag:	21.03. – 18.04.11		Susanne Jäger
Donnerstag:	07.04. – 05.05.11		Esther Heterich
Mittwoch:	01.06. – 29.06.11		Sonja Thal
Donnerstag:	30.06. – 28.07.11		Esther Heterich
Mittwoch:	24.08. – 21.09.11		Sonja Thal
Donnerstag:	22.09. – 20.10.11		Esther Heterich
Montag:	17.10. – 14.11.11		Esther Heterich
Mittwoch:	16.11 – 14.12.11		Sonja Thal
Donnerstag:	12.01. – 09.02.12		Ester Hetreich

Partnerkurse 2011 - Geburtsvorbereitung

Tag	Zeitraum	Uhrzeit	Anzahl	Leitung
Mittwoch:	12.01. – 23.02.11	von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	03.02 – 17.03.11	Von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg
Mittwoch	02.03. – 13.04.11	von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	07.04. – 19.05.11	Von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg
Mittwoch:	04.05. – 08.06.11	Von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	09.06. – 21.07.11	von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg
Mittwoch:	24.08. – 05.10.11	von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	01.09. – 13.10.11	Von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg
Mittwoch:	24.08. – 05.10.11	von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	10.11. – 15.12.11	Von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg
Mittwoch:	07.12. – 17.01.12	Von 19:15 – 21:15 Uhr	7x	Sandra Müller
Donnerstag:	12.01.- 23.02.12	Von 18:30 – 20:00 Uhr	7x	Erika Meyenberg

Wochenendkurse Geburtsvorbereitung

Freitag: 18:00 – 21:30 Uhr

Samstag: 9:30 – 18:00 Uhr

Termine	
28.01. und 29.01.11	22.07. und 23.07.11
25.03. und 26.03.11	30.09. und 01.10.11
27.05. und 28.05.11	25.11. und 26.11.11

II. Angebote in der Schwangerschaft

Schwangerenschwimmen

Entspannung im Solebad:

Einzeltermin mit Hebamme Sandra Müller:	0551 – 73 15 0
---	----------------

Schwangerschaftsgymnastik:

Di: 11.01. – 22.02.11 von 18:00 – 19:30 Uhr	Heike Senff
Di: 08.03. – 12.04.11 von 18:00 – 19:30 Uhr	Heike Senff
Di: 03.05. – 07.06.11 von 18:00 – 19:30 Uhr	Heike Senff
Di: 23.08. – 27.09.11 von 18:00 – 19:30 Uhr	Heike Senff
Di: 01.11. – 06.12.11 von 18:00 – 19:30 Uhr	Heike Senff

Yoga in der Schwangerschaft

Do: 10.01. – 24.02.11 von 9:30 – 11:00 Uhr
Fr: 11.03. – 29. 04.11 von 9:30 – 11:00 Uhr

Anmeldung unter 6963 – 167/ 4963 – 165 oder Sonia Sammüller Tel: 05504-9378382

Akupunktur

Behandlung bei Beschwerden	Jeden Mittwoch
Geburtsvorbereitende Akupunktur	von 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung unter 4963 – 167/ 49 63 16 5
Nach Bedarf vermitteln wir Einzeltermine

III. Rückbildungskurse

Rückbildungskurs mit Babymassage	Di: 08.02. – 29.03.11 von 10:00 – 12:00 Uhr
	Di: 03.05. – 28.06.11 von 10:00 – 12:00 Uhr
	Di: 16.08. – 04.10.11 von 10:00 – 12:00 Uhr
	Di: 01.11. – 20.12.11 von 10:00 – 12:00 Uhr

Rückbildungsgymnastik ohne Babymassage: Mo: 17:30 -18:30 Uhr
18:30 -19:30 Uhr

Anmeldung unter 4963167/4963165 oder Fr. Hartje: 0551-21131