



Für die Zeit nach der Geburt empfehlen wir folgende Kurse

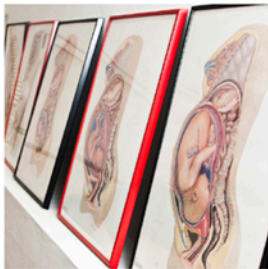
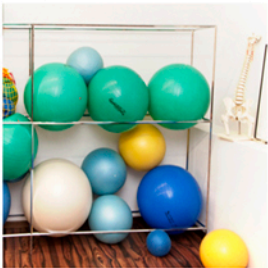
Rückbildungskurs (Leitung Marie-Louise Lüscher)

Beckenbodentraining, Aufbau der gesamten Muskulatur, Rückenmuskulatur, Bauchmuskulatur, Beine und Armmuskulatur, Anleitung um Verspannungen zu lösen.

Kursdaten

Dienstag 28.11.2017 18.30 Uhr
Donnerstag 25.1.2018 18.30 Uhr
Donnerstag 17.5.2018 18.30 Uhr
Donnerstag 16.8.2018 18.30 Uhr
Dienstag 23.10.2018 18.30 Uhr
Donnerstag 29.11.2018 18.30 Uhr

Donnerstag oder Dienstag jeweils 18.30 Uhr
Kosten: 11 Lektionen (davon 1 Lektion Fit mit Baby) = CHF 242.–



Babymassage (Leitung Marie-Louise Lüscher)

Mit der Babymassage können Sie sich und Ihrem Baby etwas Gutes tun. An einem Morgen werden Sie in die Babymassage eingeführt.

Kursdaten

12.12.2017 9.30 Uhr
20.2.2018 9.30 Uhr -
26.06.2018 9.30 Uhr
30.10.2018 9.30 Uhr

Dienstags 9.30 – 10.30-11 Uhr
Mindestteilnehmerzahl: 3 Babies
Kosten: CHF 30.–
Privatstunden werden zum Hebammentarif von CHF 95.-/h verrechnet.



Aktuelle Kurse sind auf
hebammen-klettgau.ch