KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Rückbildungskurs – Kurs mit Baby möglich

Die Hebammenpraxis in Praxisgemeinschaft

8 Einheiten à 75 Min
Aufgrund der hohen Nachfrage sind unsere Rückbildungskurse bis auf Weiteres ausschließlich den Frauen vorbehalten, die bei uns in Eggenfelden entbunden haben!

Di 07.01.2025, 8.30 Uhr - Di 25.02.2025, 9.45 Uhr

Denken Sie gleich nach der Geburt daran, sich bei einem Kurs Ihrer Wahl anzumelden. Etwa sechs Wochen nach der Geburt können Sie mit der Rückbildungsgymnastik beginnen. Die Krankenkasse übernimmt die Kosten.

Bei der Rückbildungsgymnastik geht es vor allem darum, die Basis des Körpers - Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur - zu stärken und zu stabilisieren, verspannte Muskeln zu lockern, frischen Schwung zu bekommen und den Kreislauf anzuregen.

Der Rückbildungskurs findet das ganze Jahr über, immer am Dienstag, statt. Der Nächste beginnt im Anschluss.

Weitere Infos, Termine und Angebote finden Sie unter: www.hebammenpraxis-eg.de

Ort
Hebammenpraxis Eggenfelden, Simonsöder Allee 22, 84307 Eggenfelden

Mitveranstalter
Hebammenpraxis Eggenfelden

Referentinnen
Christine Urban, Christiane Rohde, Petra Schall, Andrea Mühlthaler

Anmeldung
www.hebammenpraxis-eg.de (verbindlich)

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-02-07 12:19:21

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de