

Rückbildungskurs



Was erwartet euch?

Beckenboden wahrnehmen und kräftigen
Aufrichtung und Verbesserung der Körperhaltung
Förderung des Wohlbefinden
Förderung der Mobilität
Entspannung

Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Ca. 8 Wochen nach Spontangeburt, 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt

Start: Donnerstag, 02.10.2025 um 15:30 Uhr

Dauer: 8 Wochen, 1x pro Woche

Ort: SV- Mörlenbach, Schulstraße 2, 69509 Mörlenbach

Kursleitung:

Franziska Fischer, Hebamme

Anmeldung & Kontakt:

Telefon: 015224694654

E-Mail: hebamme.fischer@icloud.com

Jetzt Platz sichern - Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!