



Nordic Walking für Schwangere und Mütter und Väter – in Bopfingen:

Der Nordic-Walking-Kurs ist für Schwangere, für alle Mütter/Väter mit Baby ab der 8. Lebenswoche bis 2 Jahre. Für Einsteiger und Fortgeschrittene. Verbinden Sie Natur und körperliche Aktivität [mit Ihrem Kind].

Kursumfang:

5 Vormittage à 1 Stunde

Kursgebühr:

55 Euro

BabyYoga [3 – 6 Monate]:

Beim BabyYoga handelt es sich um einen Mix aus spielerischen Bewegungssequenzen, Atmen und das gemeinsame Entspannen im Einklang mit Eltern und Kind. Die Interaktion von Mama und Baby wird auf die ganze Gruppe erweitert. Die Stunden sind viel lebhafter als eine Babymassage. Sanftes Bewegen, Dehnen, Ausstreichen, Hochheben und Überkeuzen. Streicheleinhalten, die stark machen und die Beweglichkeit des Babys begleiten und fördern. Die Babys stehen im Mittelpunkt

Kursumfang:

5 Vormittage à 1 Stunde

Kursgebühr:

50 Euro

Babys in Bewegung [ab 4 bis 12 Monaten]:

Babys sind von Anfang an aktiv. Babys erobern sich über Bewegung und Sinneswahrnehmung der Welt. Babys in Bewegung – mit allen Sinnen – begleitet und unterstützt die individuelle Entwicklung des Babys mit Bewegungs- und Sinnesanregungen im ersten Lebensjahr.

Kursumfang:

8 x 60 Minuten

Kursgebühr:

55 Euro

Diesen Kurs bieten wir auch in Bopfingen an.

Informationen, Anmeldung und Termine

Sie sind nicht sicher, welcher Kurs für Sie geeignet ist? Wir beraten Sie gerne!

Es gibt einen separaten Flyer für "Kurse vor der Geburt". Unsere Kursleiterinnen sind Fachfrauen mit Zusatzweiterbildungen in den jeweiligen Bereichen. Kostenübernahme durch die Krankenkassen: Die Kosten für die mit * gekennzeichneten Kursen können für Pflichtversicherte direkt mit der Krankenkasse abgerechnet werden. Die Kurse in Bopfingen sind in der Klinik am Ip, Jahnstr. 24, 73441 Bopfingen und in Königsbrunn in der Physiotherapie-Praxis Grupp, Pestalozzistr. 5, 89551 Königsbrunn.

Für jeden besuchten Kurs erhalten Sie einen Bonuspunkt. Mit einer vollen Bonuskarte [6 Punkte] können Sie sich 40 Euro auf einen Kurs der Elternschule Frauenklinik Aalen e.V. anrechnen lassen.

Mit Erscheinen eines neuen Flyers verlieren alle bisherigen ihre Gültigkeit!

Kontakt:

Erika Fischer

Telefon: 07361/64290

E-Mail: info@elternschule.de

www.elternschule.de

Elternschule Frauenklinik Aalen e. V.
Im Kälbesrain 1
73430 Aalen



Elternschule Frauenklinik Aalen e.V.



Kursprogramm
Kurse nach der Geburt