

Wochenplan Kursraum Bauchgefühl

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
09:00	Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende 9.00-11.00 Uhr Friederike Eckhardt	Pekip 9.15 - 10.45 Uhr Anke Habich	Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende 9.15-11.15 Uhr Christiane Löwe	Pekip 9.15-10.45 Uhr Anke Habich	
10:00					
11:00	Geburtvorb. Akupunktur 11.15 Friederike Eckhardt	Pekip 11.15 -12.45 Uhr Anke Habich		Pekip 11.15 - 12.45 Uhr Anke Habich	Babymassage 11.00-12.30 Uhr Jennifer Buri
12:00	Rückbildung m./o. Kind 12.00 - 13.15 Uhr Friederike Eckhardt		Yoga Rückbildung 12.00-13.30 Uhr C.Abeltshouser		
13:00				Pekip 13.30-15.00 Uhr Anke Habich	
14:00	Bindung u. Autonomie 14.00-15.30 Uhr Jennifer Buri	Pekip 14.00-15.30 Uhr Anke Habich	Pekip 14.15-15.45 Uhr Anke Habich		
15:00				Rückbildung/Babymassage 15.30-17.15 Claudia Kromm	
16:00	Bindung u. Autonomie 15.45-17.15 Uhr Jennifer Buri	Pilates n.d. RüBi M.Klopp, 17.00-18.00 Uhr	Geburtsvorbereitung für Frauen 17.00-19.00 Uhr Rebecca Willmann	Rückbildung m./o. Kind 17.45 - 19.00 Uhr Claudia Kromm	
17:00					
18:00		Pilates f. Schwangere M.Klopp, 18.20-19.20 Uhr		Rückbildung o. Kind 19.15 - 20.30 Uhr Claudia Kromm	Yoga für Schwangere 18.30-20.00 Uhr Sabine Beßmann
19:00	Geburtsvorbereitung für Paare 19.00-21.30 Christiane Abeltshouser	Rückbildung o. Kind 19.45-21.00 Uhr Christiane Löwe	Geburtsvorbereitung für Frauen 19.30-21.30 Uhr Rebecca Willmann		
20:00					
21:00					