

Bewegung in der Schwangerschaft

| Kursarten: | Zeit: | Kursleitung: | Kosten: |
|--|---|---|------------|
| Aquafitness für Schwangere | Dienstag | Irene Schmitter, Physiotherapeutin | €50 |
| | 16.00 - 17.00 Uhr (6 x 1 h) o. 17.00 - 18.00 Uhr (6 x 1 h) | | |
| 10.01. - 14.02.2012 | | 5 x 1 h = 42 € | |
| 28.02. - 03.04.2012 | | | |
| 10.04. - 15.05.2012 | | | |
| 19.06. - 24.07.2012 | | | |
| 31.07. - 21.08.2012 | | 4 x 1 h = 34 € | |
| Rückentraining für Schwangere | Dienstag | Irene Schmitter, Physiotherapeutin | €50 |
| | 19.45 - 20.45 Uhr (6 x 1 h) | | |
| 17.01. - 21.02.2012 | | | |
| 17.04. - 29.05.2012 | Pause 1.5.12 | | |
| 24.07. - 28.08.2012 | | | |
| | | | |
| | | | |
| Pilates für Schwangere | Donnerstag | Franziska Kroll, Hebamme, Pilates- Trainerin | €50 |
| | 18.35 - 19.35 Uhr (6 x 1 h) | | |
| 12.01. - 16.02.2012 | ausgebucht ! | | |
| 23.02. - 05.04.2012 | ausgebucht ! | | |
| 12.04. - 24.05.2012 | | | |
| 14.06. - 19.07.2012 | | | |
| | | | |
| Yoga für Schwangere | Montag | Birgit Hug, Hatha - Vinyasa - Yoga Lehrerin | €55 |
| | 16.30 - 18.00 Uhr (6 x 1,5 h) | | |
| 27.02. - 26.03.2012 | | | |
| 16.04. - 21.05.2012 | | | |
| 11.06. - 23.07.2012 | 7 x 1,5 h | | |
| 10.09. - 22.10.2012 | 7 x 1,5 h | | |
| 05.11. - 17.12.2012 | 7 x 1,5 h | | |
| Yoga für Schwangere | Freitag | Inga Morstadt, Yogalehrerin, GGF/BDY | €55 |
| | 17.00 - 18.30 Uhr (6 x 1,5 h) | | |
| 09.03. - 20.04.2012 | | | |
| | | | |
| | | | |
| Craniosacraltherapie für Schwangere | Mittwochs | Surya Regine Hößler | €20 |
| | 18.15 - 19.30 Uhr (2 x 75 min.) | | |
| 25.01. - 1.02.2012 | | | |
| 15.02. - 22.02.2012 | | | |
| | | | |