

Pilates für Mütter mit ihrem Kind

Kurs / Workshop

Pilates für Mütter mit ihrem Kind

Nach der Rückbildungsgymnastik bieten wir ein physiotherapeutisches Training an, das einen reaktionsarmen Beckenboden nachhaltig stärkt.

Wir nehmen Techniken aus dem Pilates, der Atemtherapie und der Physiotherapie mit Elementen der Beckenbodentherapie nach dem Physio Pelvica - Konzept zu Hilfe.

Eine kurze Entspannungseinheit wirkt sich am Ende der Stunde positiv auf Ihr Wohlbefinden aus.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Leena Wolk

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

Donnerstags, 10.30 - 11.30Uhr;
(8 Termine) Kursbeginn auf Anfrage

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Vinzenz Pallotti Hospital

Vinzenz-Pallotti-Straße 20-24
51429 Bergisch Gladbach

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Termine und Informationen erhalten Sie im Sekretariat der Elternschule.

Sprechzeiten des Sekretariats:

Montag: 15.00 – 17.00 Uhr

Dienstag - Freitag: 09.00 – 11.00 Uhr

Tel.: 02204 41-6560

Kosten des Angebots

8 Termine für 89,00 Euro, evtl Kostenerstattung durch Krankenkasse

Durchführende Organisation

Vinzenz Pallotti Hospital

Vinzenz-Pallotti-Straße 20-24

51429 Bergisch Gladbach

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)